“من أعظم مفكّري العصر”
الدالاي لاما

ماذا أنت فاعلٌ بحياتك؟

جدّو كريشنامورتي

ترجمة
ديمتري أفييرينوس



تصميم الغلاف: سومر كوكبي

جدّو كريشنامورتي

ماذا أنت فاعل بحياتك؟

ترجمة
ديمتري أڤيرينوس



J. Krishnamurti, *What are you doing with your life?*, Rider, 2018

Krishnamurti Foundation of America
P.O. Box 1560, Ojai, California 93024
United States of America
E-mail: info@kfa.org
Website: www.kfa.org

For further information about J. Krishnamurti please visit:
www.jkrishnamurti.org

الطبعة العربية

الطبعة الأولى 2020

ISBN 978-614-03-2135-9

دار الساقي
بناية النور، شارع العويني، فردان، ص.ب: 113/5342، بيروت، لبنان
الرمز البريدي: 2033–6114
هاتف: 442 866-1-961+، فاكس: 443 866-1-961+
email: info@daralsaqi.com

يمكنكم شراء كتبنا عبر موقعنا الإلكتروني
www.daralsaqi.com

تابعونا على
@DarAlSaqi
دار الساقي
Dar Al Saqi

المحتويات

توطئة

ولد جِدُّو كريشنامورتي (١٨٩٥-١٩٨٦) من أبوين هنديين، وتعلَّم في إنكلترا، وألقى أحاديث في جميع أنحاء العالم. لم يدَّعِ ولاءً لأيٍّ طائفة أو جنسية أو دين، كما لم يلتزم أيَّ تقليد.

تعاليمه تضم أكثر من عشرين مليون كلمة منشورة في أكثر من ٧٥ كتاباً و ٧٠٠ شريط صوتي و ١,٢٠٠ شريط فيديو. حتى الآن، بيع أكثر من أربعة ملايين نسخة من الكتب باثنين وعشرين لساناً. أعلنت مجلة *TIME* كريشنامورتي، إلى جانب الدالاي لاما والأم تيريزا، واحداً من قدِّيسي القرن العشرين الخمسة.

جاب العالم طوال خمسٍ وستين سنة متحدثاً عفويّاً إلى أعداد غفيرة من المستمعين حتى وافاه الأجل في التسعين من عمره. إن رفضه كلَّ مرجعية روحية ونفسية، بما في ذلك مرجعيَّته، هو موضوع من صلب تعليمه. قال إن على الإنسان أن يتحرَّر من الخوف والإشراط والمرجعية والعقيدة عبر معرفة الذات. وأشار إلى أن هذا التحرُّر سوف يُحِلُّ النظامَ ويحقق تغييراً نفسيّاً حقيقيّاً. فالعالم الذي تعصف به النزاعات لا يمكن له أن يتحول إلى حياة من الطيبة والحب والرحمة بواسطة أيٍّ إستراتيجيات سياسية أو

اجتماعية أو اقتصادية. لا يمكن له أن يتحول إلا بواسطة تحقيق طفرة في الأفراد تنجم عن رصدهم حياتهم دون استرشاد أيِّ گورو[1] أو دين منظَّم.

اجتذبت مكانة كريشنامورتي بوصفه فيلسوفاً أصيلاً مفكرين وفلاسفة تقليديين وغير تقليديين على حدٍّ سواء. انخرط في حوارات مع كريشنامورتي رؤساء دول وعلماء فيزياء مرموقون مثل ديڤيد بوهم وقادة بارزون للأمم المتحدة، وأطباء نفسيون، وعلماء نفس، وزعماء دينيون، وأساتذة جامعات. أقبل طلاب ومدرِّسون وملايين من الناس من مناحي الحياة لسماعه يتكلَّم، وقراءة كتبه. لقد أقام الجسور بين العلم والدين دون استعمال أيِّ لغة اصطلاحية، فأمكن للعلماء وعامة الناس على حدٍّ سواء أن يفهموا نقاشاته حول الزمن والفكر والبصيرة والموت.

أنشأ مؤسَّسات في الولايات المتحدة والهند وإنكلترا وكندا وإسبانيا، مسنداً إليها دوراً محدداً يتمثل في حماية التعاليم من التحريف ونشر أعماله، دون أن تتصف بمرجعية تأويل التعاليم أو تأليه شخصه.

لدى إنشائه المدارس المتعددة التي أسَّسها في الهند وإنكلترا والولايات المتحدة، ارتأى كريشنامورتي أن على التربية أن تشدِّد على الفهم الذهني والقلبي، لا على مجرَّد المهارات الأكاديمية والعقلية؛ وعلى المهارات في فن الحياة، لا على التكنولوجيا

[1] گورو *guru*: كلمة سنسكريتية تعني حرفيّاً "كاشح الظلمة" وتشير إلى المعلِّم أو المرشد الروحي. (المترجم)

للارتزاق فحسب. قال كريشنامورتي:

> المدرسة قطعاً هي مكان يتعلَّم فيه المرء عن كلِّية الحياة وكلّانيَّتها. التفوُّق الأكاديمي ضروري للغاية، لكن المدرسة تتضمَّن أكثر من ذلك بكثير. إنها ليست فقط مكاناً يستكشف فيه كلا المعلِّمُ والمتعلِّمُ العالَمَ الخارجي، عالَمَ المعرفة، بل يستكشفان أيضاً تفكيرهما وسلوكهما.

وقال عن عمله:

> ليس هناك أيُّ اعتقاد مرغوب أو مطلوب، ليس هناك أتباع، ليس هناك عبادات، ليس هناك إقناع من أيِّ نوع، ولا في أيِّ اتجاه. ومنه، عندئذ فقط، يصير بإمكاننا أن نلتقي على الصعيد نفسه، والأرضيَّة نفسها، والمستوى نفسه. ومن ثم، يصير بإمكاننا أن نرصد معاً الظواهر الخارقة للوجود الإنساني.

كيشور خايرنار
مدير "مركز سهيادري للدراسات"
"مؤسسة كريشنامورتي" – الهند

مقدّمة

إن الطريقة التي يتصل بها كلٌّ منّا، أنا وأنت، بدماغه، وبالآخر، وبممتلكاته، وبالمال، وبالعمل، وبالجنس... هذه الصلات المباشرة هي التي تخلق المجتمع. وعلاقة كلٍّ منّا بنفسه وبالآخرين مضروبة بستة مليارات تخلق العالم. مجموع كلٍّ من تحيُّزاتنا، ومشاعر الوحشة التي نكابدها كلٌّ على حدة مجتمعةً، وكلّ طُموحٍ جَشِعٍ، وكلّ جوع جسدي أو عاطفي، وكلّ غضب وحزن في كلّ واحد منّا... نحن العالم.

ليس العالم بمختلف عنّا؛ العالم هو نحن. وإذن، الأمر بسيط: إذا تغيَّرنا، إذا تغيَّر كلٌّ منّا، غيَّرنا العالم. إذا تغيَّر حتى واحد منّا، فإن لهذا تأثيراً تموُّجيّاً متوسعاً. الطِّيبة مُعْدِيَة.

في المدرسة، ننشأ على طاعة أولياء أمرنا ومدرِّسينا. على صعيد التكنولوجيا هذا منطقي. لكن الآلاف المؤلَّفة من الأجيال لم تتعلَّم بعد نفسيّاً كيف تضع حدّاً لشقائها وتكف عن إشقاء الآخرين. فالتطور النفسي لم يواكب التطور البيولوجي أو العلمي. في المدرسة بإمكاننا جميعاً أن نتعلَّم كيف نرتزق. أما فنُّ الحياة، فيجب على كلٍّ منّا أن يتعلَّمه بمفرده.

الحياة تجرحنا جميعاً من جرَّاء الوحشة والبلبلة ومشاعر الإخفاق والقنوط. الحياة تجرح من جرَّاء الفقر، زمن العياء العاطفي، زمن العنف في الشوارع أو المنزل. يعلِّموننا أموراً كثيرة لكنهم قلَّما يعلِّموننا كيفية مواجهة صدمات جروح الحياة. وهذا لسبب أوحد: لا يعلِّموننا أن علَّة الألم ليست الحياة، بل ردود فعلنا على ما يحدث لنا. إن خوفنا، المتأصل في حماية الذات، هو ما يسبِّب الألم. إن حماية الجسم أمر طبيعي. ولكن هل من الطبيعي حماية ما نسميه "ذاتنا"؟ ما هي هذه الذات التي هي أصل المشكلة وأصل الألم النفسي الذي نشعر به عندما نحاول حمايتها؟ إذا اكتفيتَ بالتهرُّب من الألم الذهني والبلبلة بواسطة العقاقير والترفيه والجنس والانهماك في المشاغل، فإن المشكلة المؤلمة قائمة، مضافاً إليها الإنهاك والإدمان. إن الانتباه إلى أحابيل الذات، وفهم أن الخوف والرغبة والغضب ظواهر طبيعية، إنما لستَ مضطرّاً إلى الانقياد لها أو الحصول على كلِّ ما تريد... هذا التبصُّر يذيب الكرَب الذهني دون أن يضيف عليه.

لا بدَّ لنا من تعلُّم فهم الذات لنفهم أنها منبع مشكلاتنا. لا بمعنى الغرق في ذواتنا، بل إيلاء انتباهنا إلى خواطر الذات ومشاعرها وأنشطتها، وإلى إشراطاتها البيولوجية والشخصية والجندرية والثقافية؛ هذا هو التأمُّل.

هذه الأحاديث والكتابات من إبداع إنسان عاش على غرار كبار المغتربين عن المجتمع: المتمرِّد، الشاعر الجوَّال، الفيلسوف الديني، الحكيم محطِّم الأيقونات، العلماء والنفسانيون الثوريون،

المعلِّمون المسافرون من جميع الأزمنة. طوال خمس وستين سنة، تكلَّم كريشنامورتي على الحرية النفسية مخاطباً كلَّ مَن قَبِلَ الإصغاء إلى رسالته. أسَّس مدارس للأطفال واليافعين والراشدين الشباب، حيث يمكن للشباب دراسة جميع المواد المعتادة، وأنفسهم أيضاً. في المدارس، كما الحال في جميع الأحاديث والكتابات، يلفت النظر إلى أن حروبنا، الداخلية والخارجية، ليست هي التي ستحرِّرنا، بل الحقيقة عن أنفسنا.

ما من طريق، ولا من مرجعيَّة، ولا من معلِّم ينبغي اتِّباعه؛ لديك المقدرة في نفسك على كشف ما أنت، وما أنت فاعل بحياتك وبعلاقاتك وبعملك. يجب عليك أن تختبر ما يقال في هذا الكتاب. فحقيقة شخص آخر تبدو كأنها مجرَّد رأي فحسب، حتى تجرِّبها بنفسك. يجب عليك أن تنظر عبر المُجهِر بنفسك، وإلا فلن يكون نصيبك سوى غبار الكلمات، وليس الإدراك الفعلي للحياة.

يعلِّموننا عادةً ما نفكر فيه، لكنْ ليس كيفية التفكير. نتعلَّم كيفية التهرُّب من الوحشة والشقاء الذهني، وليس كيفية وضع حدٍّ لهما.

جميع المقتطفات الواردة في هذا المجلَّد مأخوذة من كتب كريشنامورتي، وحواراته المنقولة والمسجلة، وأحاديثه العامة. جرِّب اختبار قراءة هذا الكتاب، وانظر بنفسك ما يحدث.

ملاحظة أخيرة: كثيراً ما اعتذر "ك" (K)، كما دعا هذا المعلِّم

نفسه، من النساء عن استعمال كلمات "هو" وضمائر التذكير (him, his) و"رجل" (man) في أحاديثه وكتاباته. إذ شمل بتعاليمه البشر أجمعين.

ديل كارلسون

المحرِّر

الباب الأول

ذاتك وحياتك

١

ما أنت؟

- ١ -
فهم الذهن

يبدو لي أنه دون فهم للطريقة التي تعمل أذهاننا بها لا يمكن للمرء أن يفهم مشكلات الحياة المعقدة للغاية ويحلّها. هذا الفهم لا يمكن أن يتأتى بمعرفة الكتب. فالذهن في حدِّ ذاته مشكلة شديدة التعقيد. في سيرورة فهم المرء ذهنه، ربما أمكن للمرء أن يفهم الأزمة التي يواجهها كلٌّ واحد منّا في الحياة ويتخطّاها.

- ٢ -

يبدو لي أن من الأهمية بمكان أن نفهم سيرورة أذهاننا...

-٣-
ما هو الذهن؟

ترانا لا نعرف طريقة عمل أذهاننا: الذهن كما هو، لا كما ينبغي أن يكون أو كما نودُّ أن يكون. الذهن هو الأداة الوحيدة المتاحة لنا، والأداة التي نفكر بها، ونعمل بها، والتي بها وجودنا. فإذا لم نفهم ذلك الذهن وهو يشتغل في كلِّ واحد منا، فإن أيَّ مشكلة نجابهها ستصير أعقد وأشد تدميراً. لذا يبدو لي أن فهم المرء ذهنه هو الوظيفة الجوهرية الأولى لكلِّ تربية.

ما هو ذهننا؟ - ذهنك وذهني - ليس وفق... شخص آخر. إذا كنت لا تتَّبع وصفي للذهن، لكنك في واقع الأمر، وأنت تستمع إليَّ، ترصد ذهنك وهو يشتغل، لربما كان التوغل في مسألة الفكر برمَّتها مفيداً ويستحق الجهد. فما هو ذهننا؟ أليس هو نتاج المناخ، وقرون من الموروث، وما يسمَّى الثقافة، والمؤثرات الاجتماعية والاقتصادية والبيئة، والأفكار والعقائد التي يطبعها المجتمع على الذهن بواسطة الدِّين وما يسمَّى المعرفة والمعلومات السطحية. رجاءً، ارصدْ ذهنك أنت، ولا تكتفِ باتِّباع الوصف الذي أقدِّمه لأن للوصف مغزى ضئيلاً جدّاً. إذا استطعنا مشاهدة عمليات أذهاننا، فلربما نكون قادرين على التعامل مع مشكلات الحياة بوصفها تهمُّنا.

ينقسم الذهن إلى الوعي واللّاوعي..إذا كنَّا نرغب عن استعمال هاتين الكلمتين، فقد نستعمل مصطلحَي سطحي وخفي: أجزاء

الذهن السطحية والطبقات الأعمق من الذهن. إن كلِّية الوعي واللّاوعي معاً، السطحي والخفي معاً، سيرورة تفكيرنا بكلِّيتها – ونحن لا نعي إلا جزءاً منها، فيما الباقي، الذي هو الجزء الأكبر، لا نعيه – هي ما نسمِّيه الوعي. وهذا الوعي هو الزمن، هو نتاج قرون من مساعي البشر.

منذ الطفولة يحملوننا على اعتناق أفكار معيَّنة، ويشرطوننا بالعقائد والمعتقدات والنظريات. كلٌّ منَّا مشروط بمؤثرات مختلفة، ومن ذلك، ومن تلك المؤثرات المحدودة واللّاواعية، تنبع أفكارنا وتتخذ صورة "شيوعي" أو "هندوسي" أو "مسلم" أو "عالِم". من الواضح أن الفكر ينبع من خلفية الذاكرة أو الموروث، ونحن بهذه الخلفية المؤلَّفة من الوعي واللّاوعي معاً، ومن الطبقات السطحية للذهن وطبقاته الأعمق معاً، نلتقي بالحياة. الحياة دوماً في حركة وليست ساكنة أبداً. لكن أذهاننا ثابتة. إن أذهاننا مشروطة وممسوكة ومربوطة بالعقيدة وبالمعتقد وبالخبرة وبالمعرفة. بهذا الذهن المربوط، وبهذا الذهن المشروط والممسوك إلى هذا الحد، نواجه الحياة، بينما هي في حركة مستمرة. الحياة، بمشكلاتها المتعددة والمعقدة سريعة التغيُّر، ولا تسكن أبداً، وهي تتطلَّب نهجاً جديداً كلَّ يوم، وكلَّ دقيقة. لذلك، عندما نواجه هذه الحياة يحتدم نزاع دائم بين الذهن المشروط الساكن، وبين الحياة التي هي في حركة مستمرة. أوليس ذلك ما يحدث؟

ولا يوجد نزاع فقط بين الحياة والذهن المشروط، بل إن ذهناً

كهذا، إذ يواجه الحياة، يختلق المزيد من المشكلات. نكتسب معرفةً سطحية، وطرقاً جديدةً لقهر الطبيعة والعلوم. لكن الذهن الذي اكتسب المعرفة ما زال في الحالة المشروطة مقيَّداً بشكل بعينه من المعتقد.

إذن، مشكلتنا ليست كيف تواجَه الحياة، بل كيف بمستطاع الذهن، بكلِّ إشراطه وبعقائده ومعتقداته، أن يحرِّر ذاته؟ وحده الذهن الحر يستطيع أن يواجه الحياة، وليس الذهن المربوط بأيِّ مذهب أو معتقد أو معرفة بعينها. وإذن، أليس من المهم إذا لم نكن نودُّ اختلاق المزيد من المشكلات، وإذا كنَّا نودُّ وضع حدٍّ للبؤس والأسى، أن نفهم الطريقة التي تشتغل بها أذهاننا؟

– ٤ –

ما الذات؟

هل ترانا نعرف ماذا نعني بـ"الذات"؟ وأعني بها الفكرة والذكرى والخلاصة والتجربة ومختلف النيات المسمَّاة وغير القابلة للتسمية، وسعينا الواعي لنكون أو لا نكون، والذاكرة المتراكمة للّاوعي وللعِرْق وللجماعة وللفرد وللعشيرة، وكلُّها برمَّتها، سواء أُسقِطَتْ خارجيّاً في العمل أو داخليّاً بوصفها الفضيلة؛ الكدح إلى هذا كلِّه هو الذات. فيها تُضمَّن المنافسة رغبة المرء في أن يكون. سيرورة ذلك برمَّتها هي الذات، ونحن نعرف فعليّاً عندما تواجهنا أنها شيء شرير. تراني أستعمل كلمة

"شرير" قصداً، لأن من شأن الذات أن تقسم، ومن شأنها أن تنغلق على نفسها. أفعالها، مهما كانت نبيلة، فاصلة وعازلة. نحن نعرف هذا كلّه. ونعرف أيضاً تلك اللحظات الخارقة التي تنعدم فيها الذات وينعدم فيها الشعور بالسعي والجهد، والتي تحدث عندما يوجد الحب.

-٥-
معرفة الذات سيرورة

ومنه، ولفهم المشكلات التي لا حصر لها ويعانيها كلٌّ منّا، أليس من الجوهري أن توجد معرفة الذات؟ تلك واحدة من أصعب الأمور، وعي الذات: الأمر الذي لا يعني اعتزالاً أو انسحاباً. من الواضح أن معرفة المرء ذاته أمر جوهري، لكن معرفة المرء ذاته لا تعني الانسحاب من العلاقة. وإنه لمن الخطأ قطعاً أن يفكر المرء في أنه يقدر أن يعرف ذاته معرفة يُعتَدُّ بها، معرفة تامة كاملة، بواسطة الانعزال، أو الاعتكاف، أو عن طريق اللجوء إلى أحد الأطباء النفسيين أو الكهنة، أو أن المرء يقدر أن يتعلّم معرفة الذات بواسطة كتاب. من الواضح أن معرفة الذات سيرورة، وليست غاية في حدِّ ذاتها. ولكي يعرف المرء ذاته، يجب عليه أن يعي ذاته في غمرة العمل، وهو العلاقة. إنك لا تكتشف نفسك في الاعتزال، ولا الانسحاب، لكن في العلاقة: العلاقة مع المجتمع، ومع زوجتك أو زوجك أو شقيقك، ومع البشر. ولكن اكتشاف

كيفية ردِّ فعلك وماهية استجاباتك يتطلَّب وعياً ذهنيّاً غير عادي، وفطنة في الإدراك.

-٦-
كما تكون، كذلك يكون العالم

ما هي العلاقة بين ذاتك وبين البؤس والبلبلة، فيك ومن حولك؟ أكيد أن هذه البلبلة وهذا البؤس لم يوجدا من تلقاء نفسيهما. اختلقناه، أنا وأنت، ولم يختلقه مجتمع رأسمالي أو شيوعي أو فاشي، بل نحن، أنا وأنت، اختلقناه في علاقة أحدنا بالآخر. ما أنت عليه في الداخل أُسقِطَ إلى الخارج، وعلى العالم. ما أنت عليه، وما تفكر فيه وما تشعر به، وما تفعله في حياتك اليومية، يُسقَط خارجيّاً، وذاك يكوِّن العالم. إذا كنَّا في الداخل بائسين مبلبلين فوضويين، فإن ذلك يُسقَط فيصبح العالم والمجتمع، لأن العلاقة بينك وبيني، وبيني وبين الآخر هي المجتمع – المجتمع هو نتاج علاقتنا – فإذا كانت علاقتنا مبلبلة أنانية ضيقة محدودة قومية، فإننا نُسقِطُ ذلك ونجلب الفوضى إلى العالم.

كَما تكون، كذلك يكون العالم. فمشكلتك هي مشكلة العالم. بالتأكيد هذه واقعة بسيطة وأساسية، أليست كذلك؟ في علاقتنا مع الواحد أو كثيرين نبدو كأننا نغفل على نحوٍ ما عن هذه النقطة طوال الوقت. نريد إحداث تغيير بواسطة نظام أو ثورة في الأفكار أو القيم القائمة على أساس مذهب، متناسين أننا، أنا وأنت، نخلق

المجتمع، ونحن اللذان نُحدِثُ البلبلة أو النظام بالطريقة التي نعيش بها. لذا علينا أن نبدأ قَريباً، أي أننا يجب أن نهتم بحياتنا اليومية وبخواطرنا ومشاعرنا وأعمالنا اليومية التي تنكشف في سُبُل ارتزاقنا وفي علاقتنا بالأفكار أو المعتقدات.

-٧-

صراعك هو صراع البشر

لا يمكن لثورة كلِّية، ثورة مُغنِية، أن تحدث ما لم نفهم نفسنا أنت وأنا عبر سيرورة كلِّية. أنا وأنت لسنا فردين معزولين، بل نحن نتاج الصراع البشري كلِّه بأوهامه وأحلامه ومساعيه وجهله وكفاحه ونزاعه وبؤسه. ليس بمقدور المرء أن يباشر تغيير وضع العالم دون أن يفهم نفسه. إذا رأيت ذلك، أفلا تحدث داخلك فوراً ثورة تامة؟ عندئذٍ، تنعدم ضرورة الگورو لأن معرفة المرء ذاته تكون من لحظة إلى أخرى، وليست تراكماً لمعلومات قيلاً عن قال، كما أنها ليست واردة في وصايا المعلِّمين الدينيين. فلأنك تكتشف ذاتك في علاقة مع آخر من لحظة إلى أخرى يصبح للعلاقة معنى مختلف تماماً. إذن، العلاقة هي الوحي والكشف، وهي سيرورة اكتشاف للذات متواصلة، ومن اكتشاف الذات، ينبثق العمل.

ومنه، لا يمكن لمعرفة الذات أن تتأتى إلا بواسطة العلاقة لا بواسطة الاعتزال. العلاقة هي العمل، ومعرفة الذات هي نتاج الوعي في العمل.

-٨-

تحوّلْ، يتحوّلِ العالم

يتحقق تحوُّل العالم عن طريق تحوُّل الذات، لأن الذات هي نتاج السيرورة الكلِّية للوجود الإنساني وهي جزء من هذه السيرورة. حتى يتحوَّل المرء، لا مناص من معرفة الذات. ومن دون معرفة ما أنت إيَّاه، لا يوجدُ أيُّ أساس للفكر السليم، ومن دون معرفة ذاتك، لا يمكن أن يحدث تحوُّل.

-٩-

ما مبرّر التغير الآن؟

لا يوجد فارق جوهري بين كبار السن والشباب لأن كلا الفريقين عبيد لرغباتهم وملذاتهم. النضج ليس قضية عمر. إنه يأتي مع الفهم. ربما تكون روح التقصِّي المتوقد أسهل على الشباب، لأن مَن هم أكبر سنّاً أوسعتهم الحياة ضرباً، والنزاعات أهلكتهم، والموت بصور مختلفة في انتظارهم. هذا لا يعني أنهم غير قادرين على التقصِّي الهادف، إنما الأمر أصعب عليهم. بالغون كثر غير ناضجين وصبيانيون نوعاً ما، وهذا سبب يُساهِم في البلبلة والبؤس المتفشيين في العالم. إن كبار السن هم المسؤولون عن الأزمة الاقتصادية والخُلُقية السائدة، وإحدى نقاط الضعف المؤسفة لدينا أننا نريد أن يؤدي شخص آخر العمل بالنيابة عنّا فيغيِّر مسار حياتنا.

ننتظر تمرُّد الآخرين والبناء من جديد، فنظل غير فعَّالين حتى نطمئن إلى النتيجة. إن الأمان والنجاح هما اللذان يطلبهما أكثرنا، والذهن الذي يطلب الأمان ويتشهّى النجاح ذهن عديم الفطنة، وهو في النتيجة غير قادر على العمل المتكامل. لا يمكن أن يكون ثمة عمل متكامل إلا إذا كان المرء يعي إشراطه وأحكامه المسبقة العنصرية والقومية والسياسية والدينية، وبعبارة أخرى: حصراً إذا أدرك المرء أن طُرُق الذات هي طُرُق انفصالية دائماً أبداً.

الحياة بئر مياه عميقة. في وسع المرء أن يأتيها حاملاً دلاءً صغيرةً فيسحب ماءً قليلاً فحسب، أو أن يأتي حاملاً أوعية كبيرة، فيسحب مياهاً وفيرة يرتوي بها ويقتات. ريعان الشباب هو الوقت المناسب للتقصِّي واختبار كلِّ شيء. وعلى المدرسة أن تساعد شبابها على اكتشاف دعواتهم ومسؤولياتهم، لا أن تكتفي بحشو أذهانهم بالوقائع والمعرفة التقنية. يجب أن تكون المدرسة التربةَ التي يمكن لهم أن ينموا فيها دون خوف نموّاً سعيداً ومتكاملاً.

–١٠–
لا يمكن للفكر أن يحلّ مشكلة الذات

كلَّما زاد تفكيرنا في مشكلة ما، وكلما تقصَّينا عنها وحلَّلناها وناقشناها، ازدادت تعقيداً. فهل من الممكن أن ننظر إلى المشكلة نظرة شاملة كلِّية؟ كيف يكون هذا ممكناً؟ لأن تلك على ما يبدو لي هي الصعوبة الكبرى التي تواجهنا. مشكلاتنا

تتكاثر - هناك خطر الحرب الوشيك، هناك مختلف أنواع الاضطرابات في علاقاتنا -، فكيف يمكن لنا أن نفهم ذلك كلَّه فهماً شاملاً بوصفه كلّاً واحداً؟ من الواضح أنه لا يمكن حلُّها إلا عندما يمكن لنا النظر إليها ككل، وليست مجزَّأة أو مقسَّمة. متى يكون ذلك ممكناً؟ قطعاً هو ممكن فقط حين تؤول سيرورة التفكير إلى الانتهاء، سيرورة التفكير التي تستمد منبعها من "الأنا"، من الذات، من خلفية الموروث، والإشراط، والحكم المسبق، والأمل، واليأس. فهل في وسعنا أن نفهم هذه الذات، لا عن طريق التحليل، بل برؤية الشيء كما هو، بإدراكه بوصفه واقعة، لا بوصفه نظرية؟ لا بالسعي إلى تذويب الذات من أجل بلوغ نتيجة، بل برؤية نشاط الذات أو "الأنا" وهو دائر باستمرار. فهل يمكن لنا أن ننظر إليها، من دون أيِّ حركة لإحباطها أو تشجيعها؟ تلك هي المشكلة، أليس كذلك؟ إن كان مركز "الأنا" في كلِّ واحد منّا، برغبته في الحصول على السلطان والمنصب والسلطة والاستمرارية والحفاظ على الذات، غير موجود، فمن المؤكد أن مشكلاتنا سوف تنتهي!

الذات مشكلة لا يمكن للفكر حلُّها. لا بدَّ من وجود وعي ليس منشؤه الفكر. أن تعي، دون إدانة أو تبرير، أنشطة الذات - مجرَّد أن تعي وحسب - أمر كافٍ. إذا وعيت لكي تكتشف كيف تحلُّ المشكلة، من أجل تحويلها والتوصل إلى نتيجة، فالأمر لا يزال ضمن مجال الذات أو حقل "الأنا". ما دمنا نطلب نتيجة، سواء بوساطة التحليل أو الوعي أو الفحص المستمر عن كلِّ خاطر،

نحن لا نزال ضمن مجال الفكر الذي يقع في مجال "الأنا"، أو الأنيَّة، أو ما تريد.

ما دام نشاط الذهن موجوداً يتعذر قطعاً وجود الحب. أما عندما يوجد الحب، فلن تكون عندنا مشكلات اجتماعية.

٢

ماذا تبتغي؟

-١-

الأمان، السعادة، اللذة

ما الذي يطلبه أكثرنا؟ ما الذي يبتغيه كلٌّ منَّا؟ أليس من المهم أن نكتشف – خاصةً في هذا العالم الذي لا يهدأ له بال، حيث يحاول الجميع العثور على نوع ما من السلام، أو السعادة، أو ملجأ – ماهية الأمر الذي نحاول أن نطلبه، وماهية ما نحاول أن نكتشفه؟ لعل أكثرنا يطلب نوعاً ما من السعادة أو السلام. في عالم يعصف به الاضطراب والحروب والخصام والشقاق، نبتغي ملاذاً يمكن أن يكون فيه بعض السلام. أحسب أن هذا ما يبتغيه أكثرنا. لذلك، نتابع ونتنقَّل من زعيم إلى آخر ومن تنظيم ديني إلى آخر، ومن معلِّم إلى آخر.

الآن، هل تُرانا نطلب السعادة أم نطلب ترضية من نوع ما نأمل أن نستمدَّ منها السعادة؟ ثمة فرق بين السعادة والترضية. فهل

بمقدورك أن تطلب السعادة؟ لعل بمقدورك أن تجد الترضية، إنما ليس بمقدورك أن تجد السعادة. السعادة مشتقة. إنها ناتج جانبي لأمر آخر. ومنه، قبل أن نَهَبَ أذهاننا وقلوبنا لأمر يتطلَّب قدراً كبيراً من الجِدِّ والانتباه والتفكير والعناية، أفلا يجب علينا أن نكتشف ماهية الأمر الذي نطلبه: أهو السعادة أو الترضية؟ أخشى أن أكثرنا يطلب الترضية. نريد أن نكون راضين، وأن نجد شعوراً بالامتلاء في نهاية بحثنا.

في المحصّلة، إذا كان المرء يطلب السلام، فبمقدوره أن يجده بسهولة بالغة. بمقدور المرء أن يتفانى تفانياً أعمى في سبيل قضية من نوع ما أو فكرة، فيتخذها ملجأً. ذلك قطعاً لن يحلَّ المشكلة. مجرَّد الاعتزال في فكرة مسوَّرة ليس خَلاصاً من النزاع. ومنه، أفلا يجب علينا أن نجد - داخليّاً وكذلك خارجيّاً - ما الذي يبتغيه كلٌّ منَّا؟ إذا كنَّا واضحين بشأن ذلك الأمر، فلن يتعيَّن علينا الذهاب إلى أيِّ مكان مخصوص، ولا أيِّ معلِّم أو كنيسة أو تنظيم. لذا إن صعوبتنا هي أن نكون واضحين في أنفسنا في ما يخصُّ نيَّتنا، أليس كذلك؟ فهل في وسعنا أن نكون واضحين؟ وهل يتأتَّى هذا الوضوح بواسطة البحث، عبر محاولة معرفة ما يقوله الآخرون، من أسمى معلِّم إلى واعظ عادي في كنيسة الحي؟ هل يتعيَّن عليك الذهاب إلى شخص ما لمعرفة ذلك؟ لكن هذا ما نفعل، أليس كذلك؟ نقرأ عدداً لا يُحصى من الكتب، ونحضر عدداً من الاجتماعات ونناقش، وننضم إلى مختلف التنظيمات، محاولين بذلك إيجاد دواء للنزاع، لصنوف

البؤس في حياتنا. أو إذا لم نفعل ذلك كلّه، نظنُّ أننا وجدنا ما كنّا نفتش عنه، أي نقول إن تنظيماً بعينه، أو معلِّماً بعينه، أو كتاباً بعينه يرضينا. نظنُّ أنفسنا قد وجدنا كلَّ ما كنَّا نبتغيه في ذلك، فنلبث فيه متبلورين ومسوَّرين.

ألسنا نطلب، عبر هذه البلبلة كلِّها، شيئاً دائماً، شيئاً باقياً، شيئاً نسمِّيه حقيقيّاً: الله، الحقيقة، أو ما شئتم... فالاسم لا يهم، والكلمة ليست الشيء قطعاً. فلا نقعنَّ في حبائل الكلمات. ولْنترك ذلك للمحاضرين المحترفين. عند أكثرنا بحث عن شيء دائم، أليس كذلك؟ شيء نستطيع التشبث به، شيء يمنحنا ضمانة وأملاً وحماسةً تدوم، ويقيناً يدوم، لأننا في أنفسنا في ريبة مهولة. نحن لا نعرف أنفسنا. نعرف الكثير عن الوقائع، وعمَّا جاء في الكتب، لكننا لا نعرف بأنفسنا؛ ليست لدينا تجربة مباشرة.

وما هو الشيء الذي نسمِّيه "دائماً"؟ ما هو الشيء الذي نطلبه والذي سوف، أو نأمل أنه سوف، يمنحنا الديمومة؟ ألا نطلب السعادة الباقية، الترضية الباقية، اليقين الباقي؟ نبتغي شيئاً يستمرُّ إلى الأبد، شيئاً يرضينا. لو جرَّدنا أنفسنا من جميع الكلمات والعبارات، ونظرنا إلى الأمر فعلاً، فهذا ما نبتغيه. نريد دوام اللذة...

-٢-

السعي في طلب السعادة مُحال

ماذا تقصد بالسعادة؟ قد يقول بعضهم إن السعادة هي

الحصول على ما تريد. تريد سيارة، فتحصل عليها، وها أنت ذا سعيد! أريد "ساري"[١] أو ثياباً. أريد أن أذهب إلى أوروبا، فإذا استطعت إلى ذلك سبيلاً، فأنا سعيد. أريد أن أكون... أعظم سياسي، فإذا استطعت الحصول على ذلك، فأنا سعيد. وإذا لم أستطع، فأنا تعيس. إذن، ما تسمِّيه "سعادة" هو حصولك على ما تريد: الإنجاز أو النجاح، أو أن تصير نبيلاً، أو حصولك على أيِّ شيء تريده. ما دمتَ تريد أمراً وبمقدورك الحصول عليه، أنت تشعر بالسعادة التامة ولستَ محبطاً. أما إذا لم تستطع الحصول على ما تريد، فإن التعاسة تبدأ. كلُّنا مهتمون بهذا، وليس الأغنياء والفقراء فحسب. يريد الأغنياء والفقراء جميعاً الحصول على شيء لأنفسهم ولأُسرهم وللمجتمع، فإذا حيل دونه، وإذا مُنعوا عنه، يكونون تعساء. نحن لا نناقش ولا نقول إن الفقراء لا ينبغي لهم أن يحصلوا على ما يريدون. فتلك ليست المشكلة. نحن نحاول أن نتبيَّن ما هي السعادة وهل هي أمر تعيه. لحظة تعي أنك سعيد وأنك تملك الكثير، هل تلك سعادة؟ لحظة تعي أنك سعيد سعادتك ليست سعادة، أليس كذلك؟ لذا ليس في مستطاعك مطاردة السعادة. لحظة تعي أنك متواضع أنت لست متواضعاً. ومنه إن السعادة ليست أمراً يُسعى في طلبه. إنها تأتي. لكنك إذا سعيت في طلبها، فسوف تفلت منك.

---

١ ساري: هو الثوب التقليدي للنساء الهنديات. (المترجم)

-٣-

اللذة، الاستمتاع، ينقلبان إلى اتّكالية وخوف من الفقد

نحن لا نستمتع حقّاً بأيٍّ شيء. نحن ننظر إليه، ونُعجَب به أو نُستثار استثارةً سطحية، فنحصل على إحساس نسمِّيه فرحاً. لكن المتعة شيء أعمق بكثير، وهو أمر يجب فهمه والتوغل فيه.

في الصغر، نستمتع بالأشياء ونبتهج بالألعاب وبالثياب وبقراءة كتاب، أو بكتابة قصيدة أو برسم لوحة أو بالتدافع في ما بيننا... وكلّما تقدَّمنا في العمر، مع أننا ما زلنا نبتغي الاستمتاع بالأشياء، تضيع منَّا الزبدة، فترانا نفضل أنواعاً أخرى من الأحاسيس: الهوى، الشهوة، النفوذ، المنصب.

-٤-

مع تقدُّمنا في العمر، تفقد أشياء الحياة معانيها. تتبلَّد أذهاننا وتفقد حساسيَّتها، ومن ثمّ نحاول أن نستمتع، ونحاول إجبار أنفسنا على النظر إلى اللوحات والأشجار والأطفال الصغار يلعبون. نقرأ بعض الكتب المقدسة أو غيرها ونحاول أن نجد معناها وعمقها ومغزاها. لكن هذا كلّه جهد وكدح وشيء نتصارع معه.

أحسب أنه من المهم للغاية فهم هذا الشيء المسمَّى فرحاً واستمتاعاً بالأشياء. عندما ترى شيئاً جميلاً جدّاً، تراك تبتغي امتلاكه والاستئثار به واستملاكه؛ إنها شجرتي، عصفوري، منزلي،

زوجي، زوجتي. ترانا نريد الاحتفاظ به، وفي عملية الاحتفاظ بالذات، الشيء الذي استمتعت به ذات مرة يضيع لأن الاحتفاظ بعينه يولِّد اتكالاً وخوفاً وإقصاء، وبذلك إن الشيء الذي منحك الفرح وشعوراً بجمال داخلي، يضيع، فتنغلق الحياة...

لمعرفة الفرح الحقيقي على المرء أن يمضي أعمق بكثير.

-٥-

الفرح هو غياب "الأنا" الذي يريد

قد نتنقَّل من صقل للذائقة إلى آخر، ومن حذاقة إلى أخرى، ومن متعة إلى أخرى، لكنَّ في المركز منها جميعاً هناك "الأنا"، "الأنا" الذي يستمتع ويبتغي المزيد من السعادة، "الأنا" الذي يفتش عن السعادة ويبحث عنها ويتوق إليها، "الأنا" الذي يصارع، "الأنا" الذي يصير أكثر فأكثر "صقلاً"، لكنه لا يستحب أبداً أن يبلغ المنتهى. حين ينتهي "الأنا" فقط، بكلِّ أنماطه الحاذقة، توجد حالٌ من الغبطة لا يمكن السعي في طلبها، حالُ وَجْدٍ وفرح حقيقي، بلا ألم أو فساد. أما الآن، ففي فرحنا كلِّه وسعادتنا كلِّها، ثمة فساد، لأن وراءها ألماً وخوفاً.

حين يتخطَّى الذهن فكرة "الأنا"، المختبِر، الراصد، المفكر، هناك إمكانية السعادة غير القابلة للفساد. تلك السعادة لا يمكن جعلها تدوم بالمعنى الذي نستعمل به تلك الكلمة. لكن ذهننا يطلب السعادة الدائمة، ويطلب أمراً يبقى ويستمر. تلك الرغبة في الاستمرار بعينها

هي الفساد. لكن عندما يتحرَّر الذهن من "الأنا"، توجد سعادة، من لحظة إلى أخرى، تأتيك من دون سعي في طلبها، ولا يوجد فيها تجميع للسعادة، ولا تخزين لها ولا ادِّخار. إنها ليست شيئاً بمقدورك أن تحتفظ به.

-٦-
نحن نبتغي الأمان

هناك الرغبة في الأمان. وفي وسع المرء أن يفهم هذه الرغبة في الأمان عندما تصادف حيواناً بريّاً، أو ثعباناً، أو تشاهده وأنت تقطع الطريق. لكن لا يوجد أيُّ نوع من الأمان. حقّاً، إذا أمعنت النظر في الأمر، لا يوجد نوع آخر. تراك تودُّ أن تتمتع بالأمان مع زوجتك وأولادك وجارك وعلاقاتك – إذا كانت لديك علاقات – لكنك عديم العلاقات. قد تكون لديك أمُّك أو أبوك، لكنك لست على علاقة، أنت معزول تماماً. سنتوغل في الأمر. لا يوجد أيُّ أمان، بمعنى الأمان النفسي، في أيِّ وقت، ولا على أيِّ مستوى، مع أيِّ شخص؛ وهذا أصعب الأمور إدراكاً. لا يوجد أمان نفسي مع شخص آخر لأنه إنسان، وكذلك أنت. إنه حر، وكذلك أنت. لكننا نبتغي الأمان في علاقاتنا، بوساطة الزواج والعهود... أنتم تعرفون الحيل التي نحتال بها على أنفسنا وعلى الآخرين. هذه واقعة واضحة، وهي لا تحتاج إلى تحليل كثير.

-٧-

إدراك واقعة فقدان الأمان

نحن لا نتماسُّ أبداً مع فقدان الأمان. نخاف أن نكون عديمي الأمان تماماً. إن فهم فقدان الأمان يتطلَّب قدراً كبيراً من الفطنة. عندما يشعر المرء بفقدان الأمان تماماً، تراه إمَّا يفرُّ منه، وإمَّا، حين لا يجد الأمان في أيِّ شيء، يصير غير متوازن، ومستعدّاً للانتحار، أو للذهاب إلى مصحَّة للأمراض الذهنية، أو يصير شخصاً متديناً شديد التعبُّد... وهي أمور كلُّها صور من فقدان التوازن. إن إدراكنا – ليس عقليّاً ولا لفظيّاً، وليس كموقف مُراد معيَّن – واقعةَ فقدان الأمان لَيتطلَّب فعل حياة خارق البساطة والوضوح والتناغم.

-٨-

لماذا نسعى في طلب شيء ما؟

نسعى إلى ما لا نهاية، ولا نسأل أبداً لماذا. الإجابة البديهية أننا مستاؤون وتعيسون وسيئو الحظ ومستوحشون وغير محبوبين وخائفون. نحتاج إلى شيء ما نتشبَّث به، وشخص ما يحمينا – الأب، والأم، وسواهما – وهكذا نسعى. وعندما نسعى، نجد دائماً. لسوء الحظ، عندما نسعى، سوف نجد لا محالة.

ومنه، أول شيء هو الكف عن السعي. أتفهمون؟ لقد قيل لكم جميعاً إنه يجب عليكم طلب الحقيقة واختبارها، واكتشاف

الحقيقة، والسعي في طلبها وتتبُّعها ومطاردتها، ويجب عليك الانضباط والسيطرة على نفسك. ثم يُقبِلُ أحدهم ويقول: "إيَّاكم وذلك كلَّه. كُفُّوا عن السعي". بطبيعة الحال إن ردَّ فعلك إمَّا أن تطلب منه أن ينصرف، وإمَّا أن تدير ظهرك، وإمَّا أن تكتشف بنفسك لماذا يقول شيئاً كهذا؛ لا تقبلُ ولا تنفي، بل تتساءل. فما الذي تطلبه؟

تَقَصَّ عن نفسك. أنت تطلب، وتقول إنك تفتقد أمراً ما في هذه الحياة داخليّاً، ليس على مستوى التقنية أو الحصول على وظيفة تافهة أو المزيد من المال. ما الذي نسعى إليه؟ نسعى لأنه يوجد فينا استياء عميق من أسرتنا والمجتمع والثقافة، ومن ذواتنا، ونحن نبتغي الرضا، وتخطِّي هذا السخط الناخر الذي يدمِّر. ولماذا نحن ساخطون؟ أعلم أن السخط سهل الإرضاء. امنحْ شابّاً ساخطاً – شيوعيّاً أو ثوريّاً – وظيفةً جيدة، فينسى كلَّ شيء عن الأمر. امنحْه منزلاً أنيقاً أو سيارة حديثة أو حديقة غنَّاء أو منصباً جيداً، وسترى أن السخط يختفي. إذا استطاع تحقيق نجاح أيديولوجي، فإن ذلك السخط يختفي أيضاً. لكنك لا تسأل أبداً عن سبب سخطك، وليس أصحاب الوظائف الذين يبتغون وظائف أفضل. يجب علينا أن نفهم السبب الجذري للسخط قبل أن نتمكن من فحص بنية اللذة بأكملها ومعناها، وفي النتيجة بنية الأسى ومعناه.

٣

الفكر والمفكّر وسجن الذات

-١-
المفكّر والفكر

هل توجد أيُّ علاقة بين المفكِّر وفكره، أو يوجد الفكر فحسب ولا يوجد مفكِّر؟ إذا انعدمت الأفكار، لا يوجد مفكِّر. عندما تكون لديك أفكار هل يوجد مفكِّر؟ إن الفكر بذاته، إذ يدرك عدم ديمومة الأفكار، يختلق المفكِّر الذي يمنح ذاته ديمومة. بذلك إن الفكر يختلق المفكِّر. ثم يرسخ المفكِّر ذاته بوصفه كياناً دائماً في معزل عن الأفكار التي تكون دوماً في حالة تدفُّق مستمر. ومنه إن الفكر هو الذي يختلق المفكِّر وليس العكس. ليس المفكِّر هو الذي يختلق الفكر، لأنه إذا انعدمت الأفكار، ينعدم المفكِّر. يفصل المفكِّر ذاته عن والده ويحاول إقامة علاقة، علاقة بين الدائم المزعوم، وهو المفكِّر الذي اختلقه الفكر، وغير الدائم أو الزائل، وهو الفكر. ومنه، كلاهما في واقع الأمر زائل.

تابع فكرة متابعةً تامَّة حتى نهايتها. أَشبعْها تفكيراً، واشعرْ بها تماماً، واكتشف بنفسك ما يحدث. ستجد أنه لا يوجد مفكِّر على الإطلاق. إذ إنه حين يتوقف التفكير، ينعدم المفكِّر. نظنُّ أن هناك حالتين، من نحو المفكِّر والفكر. هاتان الحالتان من بنات المخيِّلة وهميَّتان. يوجد الفكر فحسب، وحزمة الفكر تختلق "الأنا"، أي المفكِّر.

-٢-

الفكر هو الاستجابة للذاكرة المختزنة: العِرْق، الجماعة، الأسرة

ماذا نعني بالفكر؟ متى تفكِّر، يا ترى؟ من الواضح أن الفكر هو نتيجة استجابة ما، عصبية أو نفسية، استجابة ذاكرة مختزنة. هناك الاستجابة الفورية للأعصاب لإحساس ما، وهناك الاستجابة النفسية للذاكرة المختزنة وتأثير العِرْق والجماعة والگورو والأسرة والموروث، وما إلى ذلك... ومجموعها تسمِّيه الفكر. بذلك إن سيرورة الفكر هي استجابة الذاكرة، أليس كذلك؟ لن تكون لديك أيُّ أفكار لو لم تكن لديك ذاكرة، واستجابة الذاكرة لتجربة معيَّنة هي التي تفعِّل سيرورة الفكر.

-٣-

ما هو أصل التفكير؟

في وسع المرء أن يرى بكلِّ بساطة أن التفكير برمَّته ردُّ فعل على

الماضي، الماضي بما هو الذاكرة والمعرفة والخبرة. التفكير برمَّته هو نتاج الماضي. إن الماضي – وهو الزمن، الأمس وذلك الأمس ممتدّاً في الماضي إلى ما لا نهاية – هو ما يُعَدُّ الزمن: الزمن بوصفه الماضي، الزمن بوصفه الحاضر، الزمن بوصفه المستقبل. قُسِّمَ الزمنُ إلى هذه الأجزاء الثلاثة، والزمن كالنهر يتدفق. لقد قسمنا الزمن إلى هذه الكسور، وفي هذه الكسور، يَعْلَق الفكر.

– ٤ –

الذاكرة، بوصفها الفكر، لها مكانُها

نحن لا نقول إن الفكر يجب أن يتوقف. فللفكر وظيفة معيَّنة. من دون التفكير ما كنّا لنستطيع الذهاب إلى المكتب، أو لنعرف أين نقيم، أو لنتمكن من الاشتغال على الإطلاق.

لكننا لو أردنا إحداث ثورة جذرية في الوعي بأكمله وبنية التفكير بالذات، يجب أن ندرك أن الفكر، إذ هو الذي بنى هذا المجتمع بكلِّ فوضاه، ليس بإمكانه أن يحلَّها مطلقاً.

– ٥ –

الفكر يطلب الأمان

الفكر هو جوهر الأمان بالذات، وذاك أقصى ما تبتغيه العقلية البورجوازية: الأمان، الأمان على المستويات كلِّها! لإحداث

تغيير كلّي في الوعي البشري، يجب على الفكر أن يشتغل على مستوى معيَّن ويجب ألا يشتغل على مستوى آخر. يجب على الفكر أن يشتغل اشتغالاً طبيعيّاً وسويّاً على مستوى واحد، على مستوى الحياة اليومية - بدنيّاً وتكنولوجيّاً - بالمعرفة، لكنه يجب ألا يتطفل على مجال آخر حيث ليس للفكر واقعية على الإطلاق. لو انعدم منّي الفكر، ما تمكَّنت من الكلام. لكن تغييراً جذريّاً داخل نفسي بوصفي إنساناً لا يمكن إحداثه بواسطة الفكر، لأن الفكر لا يستطيع أن يشتغل إلا على صلة بالنزاع. لا يستطيع الفكر إلا أن يولِّد النزاع.

-٦-

لماذا التغيير؟

لقد عاش الإنسان طوال مليوني سنة أو أكثر، لكنه لم يحل مشكلة الأسى. إنه دوماً يعصف به الأسى: الأسى منه بمنزلة الظل أو الرفيق. الأسى من فقد أحدهم، ومن عجزه عن تحقيق مطامحه وأطماعه وطاقته، الأسى من الألم البدني والقلق النفسي والإثم والأمل واليأس... ما فتئ ذاك نصيب البشر وكلِّ إنسان. وما انفك يحاول حلَّ هذه المشكلة - إنهاء الأسى ضمن مجال الوعي - بمحاولة تفاديه، وبالفرار من الأسى، وبقمعه، وبالتماهي مع شيء أعظم من نفسه، وبمعاقرة الشراب، وبالولع بالنساء، وبفعل كلِّ ما من شأنه تجنُّب هذا القلق والألم واليأس، وهذه الوحشة الهائلة

والسأم من الحياة، وهو دوماً ضمن مجال الوعي هذا، الذي هو نتاج الزمن.

-٧-

لا يمكن إنهاء الأسى بواسطة الفكر

إذن، ما انفك الإنسان يتمرَّس بالفكر وسيلةً للتخلص من الأسى بالجهد السليم وبالتفكير السليم وبالعيش أخلاقيّاً وما إلى ذلك. ما فتئ التمرُّس بالفكر مرشده، الفكر مع العقل وهلم جراً. لكن الفكر نتاج الزمن، والزمن هو هذا الوعي. مهما تفعل في مجال هذا الوعي، لا يمكن للأسى أن ينتهي أبداً. سواء اختلفت إلى المعبد، أو عاقرت الشراب، فإن كلاهما سواء. لذا، إذا كان ثمة تعلُّم، يرى المرء أنه عبر التفكير تنعدم أيُّ إمكانية لتغيير جذري، لا، بل سوف يكون استمراراً للأسى. إذا رأى المرء ذلك، يمكن له عندئذٍ أن يتحرك في بُعد مختلف. أنا أستعمل كلمة "رأى" بمعنى ليس عقليّاً ولا لفظيّاً، بل بفهم كلِّي لهذه الواقعة: واقعة أنه لا يمكن إنهاء الأسى بالفكر.

-٨-

الحياة مع الموجود

أعني: هل من الممكن أن ننظر إلى الأمر دون الفكر؟ هذا لا يعني

أن تُفرِغ ذاتك، بل أن تنظر إليه. وليس النظر ممكناً إلا عندما ينعدم أيُّ شعور بـ"الأنا" يتدخل في النظر. أتفهمون؟ أعني، هناك واقعة أنني عنيف. وقد دفعتُ بعيداً عني الفكرة السخيفة بأنني لا عنفي، لأن ذلك شديد الصبيانية والسخف، وليس له أيُّ معنى. فالموجود هو الواقعة: واقعة أني عنيف. وأرى أيضاً أن الكفاح للتخلُّص منه ولإحداث تغيير فيه، يحتاج إلى جهد، وأن الجهد المبذول هو بالذات جزء من العنف. ومع ذلك، أدرك أن العنف ينبغي تغييره وتحويله تماماً، وأن تحدث طفرة في ذلك.

الآن، كيف للأمر أن يتم؟ إذا اكتفيت بتنحيته جانباً لأن هذا الموضوع صعب للغاية، فستضيع عليك حالُ حياة خارقة: الوجود بلا جهد، وفي النتيجة حياة ذات حساسية من أرفع ما يكون، وهي الفطنة الأسمى. وحدها هذه الفطنة الرفيعة للغاية في وسعها اكتشاف حدود الزمن وقياسه، وأن تمضى أبعد من ذلك. هل تفهمون السؤال، المشكلة؟ حتى الآن، ما فتئنا نستعمل المثال وسيلةً أو حافزاً للتخلص من "الموجود"، وهذا يولِّد التناقض والنفاق والقساوة والتوحُّش. وإذا نحَّينا هذا المثال جانباً، فإن كلَّ ما يتبقى لنا هو الواقعة. إذّاك نرى أن الواقعة يجب أن تتحوَّل، وأنه يجب تحويلها دون أدنى احتكاك. فأيُّ احتكاك، وأيُّ صراع، وأيُّ جهد، من شأنه تدمير حساسية الذهن والقلب.

فماذا ينبغي للمرء أن يفعل؟ ما يتعيَّن على المرء فعله هو رصد الواقعة – رصد الواقعة دون أيِّ ترجمة أو تأويل أو تماهٍ أو إدانة أو تقييم – محض الرصد.

-٩-
طبيعة الرصد

لعلمكم، قيل لي أن الإلكترون، المقيس بأداةٍ ما، يسلك بطريقة بعينها، ولا يمكن قياسها على جهاز الرسم البياني. ولكن عندما يُرصَد ذلك الإلكترون بواسطة العين البشرية عبر المجهر، فإن ذلك الرصد الذي يفعله الذهن البشري عبر المجهر يغيِّر سلوك الإلكترون، أي أن الإنسان الذي يراقب الإلكترون يُحدِث في الإلكترون نفسه سلوكاً مختلفاً، وذلك السلوك هو غير سلوكه حين لا يرصده الذهن البشري.

عندما ترصد الواقعة فحسب، سترى أن ثمة سلوكاً مختلفاً، كما يحدث عند رصد الإلكترون. عندما تنظر إلى الواقعة دون أيِّ ضغوط، تكابد تلك الواقعة طفرة تامَّة وتغييراً تامّاً دون جهد.

-١٠-
الوحشة: العيش في سجن "الأنا" فقط

هناك أيضاً أسى الوحشة. لا أدري هل اتفقَ لك أن تكابد الوحشة، عندما تدرك فجأةً أنك فاقدٌ لأيّ علاقة مع أيِّ شخص... هذه الوحشة هي صورة من صور الموت. كما قلنا هناك موات ليس عندما تنتهي الحياة فقط، لكن عندما ينعدم أيُّ جواب وأيُّ مخرج. تلك أيضاً حال من الموت: وجودك سجيناً في نشاطك المتمركز

على ذاتك إلى ما لا نهاية. عندما تكون عالقاً في أفكارك وعذابك وخرافاتك وروتينك اليومي القاتل القائم على العادات والرعونة، ذاك أيضاً موت، وليس نهاية الجسم فحسب.

كيفية إنهاء الأمر، على المرء أن يكتشفها أيضاً... إنهاء الأسى أمر ممكن.

-١١-
الوعي

لذا أحسب أن استقصاءنا يجب ألا يكون في سبيل حلِّ مشكلاتنا الآنيَّة العاجلة، بل بالحري لتبيان هل الذهن - الذهن الواعي وكذلك الذهن اللّاواعي العميق الذي يُختزَن فيه كلُّ الموروث والذكريات وإرث المعرفة العِرْقية - يمكن تنحيته بأكمله. أحسب أن فعل ذلك أمر ممكن فقط إنْ كان الذهن قادراً أن يعي دون أيِّ شعور بالتطلُّب، ودون أيِّ ضغط، أن يعي فحسب. أحسب أن الأمر - الوعي على هذا النحو - واحد من أصعب الأمور، لأننا عالقون في المشكلة الآنيَّة وفي حلِّها العاجل، ما يجعل حياتنا سطحية للغاية.

-١٢-
التفكير السليم والوعي

الفكر السليم والتفكير السليم حالتان مختلفتان. الفكر السليم

مجرَّد تطابُق مع نمط ومذهب. الفكر السليم ساكن. إنه يستدعي احتكاك الاختيار الدائم. أما التفكير السليم أو الصحيح، فلا بدَّ من اكتشافه. تلقينه متعذر. ممارسته متعذرة. التفكير السليم حركة معرفة للذَّات من لحظة إلى أخرى. وحركة معرفة الذات هذه توجد في وعي العلاقة...

لا يمكن للتفكير السليم أن ينبثق إلا بوجود وعي بكلِّ فكرة وشعور، وعي ليس لمجموعة معيَّنة من الأفكار والمشاعر فقط، إنما للأفكار والمشاعر كافة.

-١٣-
مُحال أن يكون الفكر حرّاً

لذا، يجب أن نفهم فهماً واضحاً جدّاً أن تفكيرنا هو استجابة الذاكرة، والذاكرة آلية. المعرفة غير مكتملة أبداً، وكلُّ تفكير هو وليد المعرفة ومحدود وجزئي وليس حرّاً أبداً. لذا ليس هناك حرية فكر. لكن في وسعنا أن نبدأ اكتشاف حرية ليست سيرورة فكرية، حرية يعي فيها الذهن ببساطة نزاعاته كلَّها وجميع المؤثرات المسلَّطة عليه.

٤

البصيرة والفطنة والثورة في حياتك

-١-
العقل ليس الفطنة

تدريب العقل لا يؤدي إلى الفطنة، بل إن الفطنة تنبثق عندما يعمل المرء في تناغم تام عقليّاً وعاطفيّاً في آنٍ معاً. هناك فارق شاسع بين العقل والفطنة. العقل هو محض الفكر ويشتغل في استقلال عن العاطفة. عندما يدرَّب العقل، بصرف النظر عن العاطفة، في أيِّ اتجاه بعينه، قد يتصف المرء بعقل عظيم، لكنه لا يتصف بالفطنة، لأن في الفطنة قدرة متأصلة على الشعور والتعقُّل. في الفطنة، كلتا القدرتين حاضرة على قدم المساواة حضوراً مكثفاً ومتناغماً.

غير أن التعليم الحديث يعمل على تنمية العقل، مقدِّماً المزيد والمزيد من تفسيرات الحياة، والمزيد والمزيد من النظريات، إنما دون الخاصية المتناغمة للمودَّة. بذلك، عملنا على تنمية أذهان دَواهٍ للهرب من النزاع. ومنه، نرتضي التفسيرات التي يقدِّمها

العلماء والفلاسفة. العقل – الذهن – يرتضي هذه التفسيرات التي لا تُحصى، لكن الفطنة لا ترتضيها، لأن الفهم يستوجب وجود وحدة تامَّة بين الذهن والقلب في العمل...

فإلى أن تُقارب حقّاً كلِّية الحياة بفطنتك، بدلاً من مقاربتها بعقلك فحسب، ما من نظام في العالم سوف ينقذ الإنسان من الكدِّ الذي لا يتوقف في سبيل الخبز.

– ٢ –

من شأن الفطنة أو الوعي أن يحرقا المشكلات

جليٌّ أن كلَّ تفكير مشروط. لا يوجد شيء يسمَّى تفكيراً حرّاً. لا يمكن للتفكير أبداً أن يكون حرّاً، بل هو حاصل إشراطنا ونشأتنا وثقافتنا ومناخنا وخلفيَّتنا الاجتماعية والاقتصادية والسياسية. إن الكتب التي تقرؤها والممارسات التي تفعلها بالذات راسخة جميعاً في الخلفية، وأيُّ تفكير لا بدَّ أن يكون نتاج تلك الخلفية. فإذا استطعنا أن نعي – في وسعنا حاليّاً أن نتوغل في مغزى الوعي ومعناه –، ربما نكون قادرين على تفكيك إشراط الذهن دون إعمال سيرورة الإرادة، ودون العزم على تفكيك إشراط الذهن. إذ إنك بمجرَّد أن تعتزم، يوجد كيان يتمنَّى، كيان يقول: "يجب أن أفكك إشراط ذهني". وذلك الكيان بذاته هو حاصل رغبتنا في التوصل إلى نتيجة بعينها، وبذلك ينشب نزاع من الأساس. فهل من الممكن أن نعي إشراطنا، أن نعي فحسب؟ وفي هذا ينعدم

النزاع أصلاً. من شأن ذاك الوعي بالذات، إذا سُمِحَ به، أن يحرق المشكلات.

-٣-
يأتي الفهم حين يكون الدماغ هادئاً

الآن، متى تفهم، متى يوجد الفهم، يا ترى؟ لا أدري هل لحظت وجود فهم حين يكون الذهن هادئاً للغاية حتى لثانية فحسب. يومض الفهم عندما ينعدم التعبير اللفظي عن الفكر. حسبك أن تختبر الأمر وسترى بنفسك أن لديك وميض الفهم، وسرعة البصيرة الفائقة تلك، حين يكون الذهن ساكناً للغاية، وحين يكون الفكر غائباً، وحين لا يكون الذهن مثقلاً بضجيجه. لذا إن فهم أيِّ شيء - فهم لوحة حديثة، طفل، زوجتك أو جارتك، أو فهم الحقيقة الحاضرة في كلِّ شيء - لا يمكن أن يأتي إلا حين يكون الذهن شديد السكون. لكن سكوناً كهذا لا يمكن اكتسابه لأنك إذا عملت على اكتساب ذهن ساكن، فهو ليس ذهناً ساكناً، بل ميت.

لا بدَّ من ذهن ساكن هادئ من أجل الفهم، وهو أمر بديهي نوعاً ما عند أولئك الذين اختبروا هذا كلَّه. كلَّما اهتممت بأمر ما، زادت نيَّتك في الفهم، وبات الذهن أبسط وأصفى وأكثر حرية. إذّاك، يتوقف التعبير اللفظي. فالفكر، في الحاصل، هو الكلمة، والكلمة هي التي تتدخل. إن حجاب الكلمات، أي الذاكرة، هو الذي يحُول بين التحدي وبين الاستجابة. فالكلمة هي التي تستجيب

للتحدي، وهو ما نسمِّيه إعمال التعقُّل. ومنه إن الذهن الذي يلغو، الذهن الذي يعبِّر لفظيّاً، لا يستطيع فهم الحقيقة: الحقيقة في العلاقة، وليس حقيقة مجرَّدة. لا توجد حقيقة مجرَّدة. لكن الحقيقة حاذقة جدّاً. إنها الحذاقة التي تصعب متابعتها. إنها ليست مجرَّدة. إنها تأتي بخفَّة أسرع وظلمة أشد من أن يمسك بها الذهن. كاللصِّ في الليل، تراها تأتي في جنح الظلمة لا عندما تكون مستعدّاً لاستقبالها. استقبالك ما هو إلا دعوة للجشع.

لذا إن ذهناً عالقاً في شبكة الكلمات لا يستطيع فهم الحقيقة.

– ٤ –
الفطنة يشلّها التحليل

إن أول ما يجب عليك فعله تحديداً، إذا جاز لي أن أقترحه، هو أن تكتشف لماذا تفكِّر على نحوٍ بعينه، ولماذا تشعر على نحوٍ بعينه. لا تحاول تغيير الأمر، لا تحاول تحليل أفكارك وعواطفك، بل عِ فحسب لماذا تراك تفكِّر ضمن أخدود معيَّن وما هو دافعك إلى العمل. فرغم أنك تستطيع اكتشاف الدافع بواسطة التحليل، مع أنك تستطيع اكتشاف شيء ما بالتحليل، فإن الأمر لن يكون حقيقيّاً. لن يكون الأمر حقيقيّاً إلا عندما تكون شديد الوعي لحظة يشتغل فكرك وعاطفتك. إذّاك، سترى حذاقتهما الخارقة ولطافتهما الدقيقة. ما دام عندك "يجب" و"يجب ألا"، ففي هذا الإكراه لن تكتشف أبداً ذلك الشرود الخاطف للفكر والعاطفة. وأنا واثق من

أنك ترعرعت في مدرسة "يجب" و"يجب ألا"، ثم دمَّرت الفكر والشعور. لقد قيَّدتك المذاهب والطُّرُق وشلَّتك، وقيَّدك معلِّموك وشلُّوك. لذا دَعْك من تلك "يجب" و"يجب ألا" كلِّها. هذا لا يعني أنه ستكون هناك إباحة، لكن ع الذهن الذي لا يني يقول: "يجب عليَّ" و"يجب عليَّ ألا". إذّاكَ، كزهرة تتفتّح ذات صباح، كذلك تنبثق الفطنة، فتشتغل وتبدع الفهم.

-٥-
التحرُّر من الذات

لتحرير الذهن من كلِّ إشراط، يجب عليك أن تراه في كلِّيته من دون الفكر. هذا ليس لغزاً. جرِّبْه وسترى. هل تراك أصلاً ترى أيَّ شيء من دون الفكر؟ هل سبق لك أن استمعت أو نظرت دون أن تُقحِم سيرورة ردِّ الفعل برمَّتها؟ ستقول إن الرؤية دون الفكر من المُحال. ستقول إنه ما من ذهن يمكن تفكيك إشراطه. عندما تقول ذلك، أحبطت نفسك سلفاً بالفكر، إذ إن واقع الأمر أنك لا تدري.

فهل يمكنني أن أنظر، وهل يستطيع الذهن أن يعي إشراطه؟ أجزم أنه يستطيع. جرِّبْ رجاءً. هل في وسعك أن تعي أنك هندوسي، اشتراكي، شيوعي، هذا أو ذاك، أن تعي فحسب، دون أن تقول إن الأمر صواب أو خطأ؟ فلأنَّ محض الرؤية مهمَّة غاية في الصعوبة نقول إنها مستحيلة. أقول إنه فقط عندما تعي كلِّية وجودك دون

أيِّ ردِّ فعل، يزول الإشراط كليّاً عميقاً، وهو في الحقيقة التحرُّر من الذات.

-٦-

الجهل هو غياب معرفة الذات

الجهل هو غياب المعرفة بطُرُق الذات، وهذا الجهل يتعذر تبديده بالأنشطة والإصلاحات السطحية. يمكن تبديده عن طريق وعي المرء الدائم بحركات الذات واستجاباتها في جميع علاقاتها.

ما يجب أن ندركه أننا لسنا مشروطين بالبيئة فحسب، بل إننا البيئة؛ لسنا شيئاً معزولاً عنها. إن أفكارنا واستجاباتنا مشروطة بالقيم التي فرضها علينا المجتمع الذي نحن جزء لا يتجزَّأ منه.

-٧-

اتخذ دماغنا منعطفاً خطأً، إذ اعتمد الفصل بين الذات واللّاذات

نحن لا نرى أبداً أننا البيئة الكلّية لأن هناك عدداً من الكيانات فينا، تدور جميعاً حول "الأنا"، الذات. الذات مصنوعة من هذه الكيانات التي هي مجرّد رغبات مختلفة الصور. ومن هذا التكتُّل من الرغبات، تنشأ الشخصية المركزية، المفكِّر، إرادة "أنا" و"لي"، وبذلك، يترسخ انقسام بين الذات واللّاذات، بين

"الأنا" والبيئة أو المجتمع. هذا الفصل هو بداية الصراع الداخلي والخارجي.

وعي هذه السيرورة برمَّتها، الواعية والخفية معاً، هو التأمُّل. وعبر هذا التأمُّل، يتم تجاوز الذات، برغباتها ونزاعاتها. معرفة الذات ضرورية إذا كان للمرء أن يتحرَّر من المؤثرات والقيم التي توفر المأوى للذات. وفي هذه الحرية وحدها، هناك الخلق، الحقيقة، الله، أو ما تشاء.

الرأي والموروث يقولبان أفكارنا ومشاعرنا منذ حداثة سنينا. تنتج المؤثرات والانطباعات المباشرة تأثيراً قويّاً باقياً من شأنه أن يشكّل مسار حياتنا الواعية واللّاواعية. يبدأ الامتثال في الطفولة بواسطة التربية وأثر المجتمع.

الرغبة في التقليد عامل قوي للغاية في حياتنا، ليس على المستويات السطحية فحسب، بل في العمق. لا تكاد تكون لدينا أيُّ أفكار ومشاعر مستقلَّة. عندما تحدث، فهي مجرَّد ردود فعل وهي في النتيجة غير متحرِّرة من الأنماط القائمة، إذ لا توجد حرية في ردِّ الفعل...

عندما نكون متَّكلين داخليّاً، تُحكِمُ قبضة الموروث علينا بشدة، والذهن الذي يفكر وفقاً للمسالك الموروثة لا يستطيع اكتشاف ما هو جديد. لقد جعلنا الامتثال مقلِّدين رخيصين وتروساً في آلة اجتماعية قاسية. إن ما نفكر فيه بأنفسنا هو ما يُعتدُّ به، لا ما يريدنا الآخرون أن نفكر فيه. عندما نتطابق مع الموروث، سرعان ما نصير مجرَّد نسخ عمَّا ينبغي لنا أن نكون عليه.

هذا التقليد لما ينبغي أن نكون عليه يولِّد الخوف، والخوف يقتل التفكير الإبداعي. الخوف يبلِّد الذهن والقلب، فلا نتيقَّظ لمغزى الحياة ككل، وتصير كليلةً حساسيتُنا لأحزاننا ولحركة الطيور ولابتسامات الآخرين ومآسيهم.

-٨-
المعرفة، الحكمة، الفطنة

المعرفة غير قابلة للمقارنة مع الفطنة؛ المعرفة ليست الحكمة. الحكمة غير قابلة للتسويق؛ إنها ليست بضاعة يمكن شراؤها بسعر التعلُّم أو الانضباط. لا يمكن العثور على الحكمة في الكتب. لا يمكن تجميعها أو حفظها أو تخزينها. الحكمة تأتي مع نكران الذات. أن تكون صاحب ذهن منفتح أهم من التعلُّم، وفي وسعنا أن يكون لدينا ذهن منفتح، لا عن طريق حشوه بالمعلومات حتى التخمة، بل عن طريق وعينا أفكارنا ومشاعرنا، ورصدنا أنفسنا والمؤثرات حولنا رصداً دقيقاً، وعن طريق الإصغاء إلى الآخرين، ومراقبة الأغنياء والفقراء والأقوياء والوضيعين. لا تأتي الحكمة بالخوف والقمع، بل برصد الحوادث اليومية في العلاقة الإنسانية وفهمها...

الفطنة أعظم من العقل بكثير، لأنها تكامُل الصواب والمحبة. إنما لا يمكن للفطنة أن تحضر إلا بحضور معرفة الذات، والفهم العميق لسيرورة ذات المرء في كلِّيتها... يجب أن نعي إشراطنا

واستجاباته، الجماعية منها والشخصية. حصراً عندما يكون المرء واعياً وعياً تامّاً بأنشطة الذات، وبرغباتها ومساعيها المتناقضة، وبآمالها ومخاوفها، توجد إمكانية تخطّي الذات.

وحدهما المحبة والتفكير السليم سيُحدِثان ثورة حقيقية، الثورة في دخيلة نفوسنا.

٥

الهرب، الترفيه، اللذة

-١-
التكنولوجيا تنتج المزيد والمزيد من وقت الفراغ

يتمتَّع الإنسان بمزيدٍ من وقت الفراغ بفضل الأتمتة، وبواسطة تطوير علم التحكم الآلي والأدمغة الإلكترونية وهلم جراً. ووقت الفراغ ذاك سوف يُستعمَل للترفيه - الترفيه الديني أو الترفيه بواسطة أشكال مختلفة من الملاهي - أو لأغراض أكثر فأكثر تدميراً في العلاقة بين الإنسان والإنسان، أو، بإتاحة وقت الفراغ ذاك، سيتحول إلى الباطن. ما ثمة سوى هذه الاحتمالات الثلاثة. تكنولوجيّاً بمستطاعه الذهاب إلى القمر، لكن ذلك لن يحلَّ المشكلة الإنسانية. كما لن يحلَّها مجرَّد الاستفادة من وقت فراغه للتسلية الدينية أو غيرها من التسالي. الذهاب إلى الكنيسة أو المعبد والمعتقدات والعقائد وقراءة الكتب المقدسة... ذلك كلُّه في الواقع نوع من التسلية، أو سوف يتوغل الإنسان عميقاً في

نفسه ويشكِّك في كلِّ قيمة أوجدها الإنسان عبر القرون، فيحاول اكتشاف هل ثمة شيء أكثر من مجرَّد نتاج الدماغ. هناك جماعات برمَّتها من الناس، في أنحاء العالم قاطبة، يتمرَّدون على النظام القائم عن طريق تعاطي أنواع مختلفة من المخدِّرات، والتنكر لأيِّ نوع من النشاط في المجتمع، إلى آخر ما هنالك.

اسمعوا، رجاءً، لم أتعاطَ أيَّ مخدِّر، لأن تعاطي أيِّ صنف من المنبِّهات - أيِّ صنف، كالاستماع للمتكلِّم ومن ثم التنبُّه إلى ما يقول، أو معاقرة الشراب، أو الجنس، أو عقار، أو الذهاب إلى القدَّاس والدخول في حالة معيَّنة من التوتر العاطفي - ضارٌّ تماماً، لأن أيَّ منبِّه من أيِّ صنف كان، مهما كان حاذقاً، يجعل الذهن بليداً، لأنه يدمن ذلك المنبِّه. يرسخ المنبِّه عادةً معيَّنة ويجعل الذهن بليداً.

-٢-

المهارب هي الرغبة في نسيان أنفسنا

نزاعاتنا ومطامحنا كلُّها صغيرة وتافهة جدّاً. لذا ترانا نبتغي التماهي مع شيء ما. إن لم يكن الله، فهي الدولة، ... الحكومة، الحكَّام، المجتمع. إن لم نتماهَ مع ذاك، فهي اليوتوبيا، شيء بعيد للغاية، مجتمع رائع سوف نبنيه، وإذا اتفق لكم في طور بنائه أن تدمِّروا العديد من الناس، فأنتم لا تبالون بالأمر حقّاً. وإن كنت لا تؤمن بأيٍّ من هذه، فأنت تؤمن بقضاء وقت ممتع ونسيان نفسك في أشياء مادية. شخص كهذا يسمَّى ماديّاً، وامرؤ ينسى نفسه في العالم

الروحي يسمّى روحانيّاً. كلاهما لديه النيّة نفسها - أحدهما ينوي أن ينسى نفسه في دور السينما والآخر في الكتب والشعائر والجلوس على ضفاف نهر يتأمّل وفي الزهد - في التخفّف من أيٍّ عبء، والتفاني في نوع من العمل، والتفاني تعبُّداً لشيء ما. إذاً، هناك الرغبة في التفاني لأن المرء يشعر أنه صغير جدّاً. قد لا تكون الذات صغيرة في نظرك وأنت شاب. لكن مع تقدُّمك في العمر سوف ترى كم هو قليل مقدار الجوهر فيها وكم هي زهيدة قيمتها. إنها كالشبح مع قليل من الخصال مفعمة بالصراعات وبالآلام وبالأحزان، وذاك كلّ شيء. لذا، سرعان ما يعتري المرءَ السأمُ منها، فيسعى في شيء آخر ليذهل عن نفسه. ذاك ما نفعله جميعاً. يبتغي الأغنياء نسيان أنفسهم في النوادي الليلية والملاهي والسيارات الفارهة والأسفار. الأذكياء منهم يبتغون نسيان أنفسهم، لذلك يبدؤون الابتكار واتخاذ معتقدات عجيبة. الأغبياء منهم يبتغون نسيان أنفسهم، فيتّبعون سواهم، ويتخذون گورو يأمرونهم بما يجب عليهم أن يفعلوا. الطّموحون منهم يبتغون أيضاً نسيان أنفسهم بالانخراط في نشاط ما. ومنه، نحن جميعاً كلّما نضجنا وتقدّمنا في العمر، نبتغي نسيان أنفسنا، فنحاول أن نجد شيئاً أعظم نتماهى معه.

-٣-

الهرب من الموجود يمهّد للعبودية

الهرب الجماعي هو أعلى نوع من الأمان. بمواجهة الموجود،

في وسعنا أن نفعل شيئاً حيال الأمر. أما الفرار من الموجود، فهو يجعلنا حتماً أغبياء متبلِّدين عبيداً للأحاسيس والبلبلة.

-٤-
الاتّكال يشير إلى خواء حياتنا

إن الرغبة في الإحساس هي التي تجعلنا نتشبَّث بالموسيقا ونحرص على امتلاك الجمال. الاتِّكال على الخطوط والأشكال الخارجية لا يشير إلا إلى خواء وجودنا، الذي نسارع إلى ملئه بالموسيقا والفن بصمت مفتعل. فلأن هذا الخواء الفاغر يُملأ أو يغطَّى بالأحاسيس يوجد الخوف المستديم من "الموجود" وممَّا نحن عليه. للأحاسيس بداية ونهاية، وبالإمكان تكرارها وتضخيمها، لكن الاختبار ليس ضمن حدود الزمن. فالمهم هو الاختبار، وهو ما ينتفي في السعي وراء الإحساس. الأحاسيس محدودة وشخصية وهي تسبِّب النزاع والبؤس. أما الاختِبار، وهو مختلف كليّاً عن تكرار الخبرة، فهو بلا استمرار. في الاختبار فقط ثمة تجدُّد، تحوُّل.

-٥-
لماذا الجنس أكثر المهارب عالمية؟

لماذا بات الجنس بكلِّ هذا الإشكال في حياتنا؟ فلنتوغل في الأمر

غير مقيَّدين ولا قلقين ولا خائفين وبلا إدانة. لماذا بات مشكلة؟ بالتأكيد، إنه مشكلة في نظر أكثركم. لماذا؟ لعلَّكم لم تسألوا أنفسكم أبداً لماذا هو مشكلة. دعونا نتبيَّن الأمر.

الجنس مشكلة لأن في ذلك الفعل، على ما يبدو، غياب تام للذات. في تلك اللحظة أنت سعيد لأن هناك انقطاعاً لوعي الذات، لـ"الأنا". وأنت، إذ ترغب في المزيد منه – المزيد من إنكار الذات الذي فيه سعادة تامة، من دون الماضي ولا المستقبل، طالباً تلك السعادة التامة عبر الانصهار أو الاندماج الكامل –، فإنه يصير كلِّي الأهمية بطبيعة الحال. أليس الأمر كذلك؟ فلأنه شيء يمنحني فرحاً خالصاً وذهولاً تامّاً عن النفس، تراني أريد المزيد والمزيد منه. الآن لماذا أريد المزيد منه؟ لأنه في كلِّ مكان آخر أنا في نزاع، وفي كلِّ مكان آخر، وعلى مستويات الوجود المختلفة جميعاً، هناك تعزيز للذات. اقتصاديّاً واجتماعيّاً ودينيّاً هناك تغليظ دائم للوعي الذاتي، وهو نزاع.

وفي المحصلة أنت واعٍ لذاتك عندما يوجد نزاع فقط. الوعي الذاتي، بطبيعته بالذات، نتاجٌ للنزاع، وفي النتيجة نحن في كلِّ مكان آخر في نزاع. في جميع علاقاتنا بالممتلكات وبالناس وبالأفكار هناك نزاع وألم وصراع وبؤس. أما في هذا الفعل بعينه، فهناك كفٌّ تام عن ذلك كلِّه. فمن الطبيعي أن تريد المزيد منه لأنه يمنحك سعادة، في حين أن كلَّ ما تبقى يفضي بك إلى البؤس والاضطراب والنزاع والبلبلة والعداء والحرب والدمار. لذا، يصير الفعل الجنسي خطيراً للغاية وكلِّيَّ الأهمية. وإذن،

المشكلة ليست الجنس قطعاً، بل كيفية التحرُّر من الذات. لقد تذوَّقت تلك الحال الوجودية التي تنعدم فيها الذات، لو لبضع ثوانٍ فقط، ولو ليوم واحد فقط. افعل ما بدا لك، حيث توجد الذات يوجد صراع وبؤس وصراع. ومنه هناك الشوق الدائم إلى المزيد من تلك الحال الخالية من الذات. لكن المشكلة المركزية هي النزاع على مختلف المستويات وكيفية نفي الذات. أنت تطلب السعادة، تلك الحال التي تنعدم فيها الذات بكلِّ نزاعاتها، والتي تجدها مؤقتاً في ذلك الفعل. وإلا تراك تجاهد نفسك وتصارع وتضبط، بل حتى تدمِّر نفسك عبر الكبت، ما يعني أنك تطلب التحرُّر من النزاع لأنه مع كفِّ النزاع هناك فرح. إذا أمكن التحرُّر من النزاع، فهناك سعادة على مستويات الوجود المختلفة جميعاً.

-٦-
ما المشكلة في اللذة؟

الآن... لماذا لا ينبغي للمرء أن يلتذ؟ تراك تشاهد غروباً جميلاً أو شجرة جميلة أو نهراً ذا حركة متلوِّية واسعة أو وجهاً جميلاً، والنظر إليه يمنح لذَّة وبهجة عظيمة. ما المشكلة في ذلك؟ يبدو لي أن البلبلة والبؤس يبدآن عندما يصير ذلك الوجه، أو النهر، أو السحابة، أو الجبل، ذكرى، وهذه الذكرى تتطلَّب عندئذ استمراراً أكبر للَّذة، فنريد لهذه الأشياء أن تتكرَّر. نحن جميعاً نعرف هذا. لقد حصلتُ على شيء من اللذة، أو حصلتَ على بعض البهجة من

شيء ما، ونحن نريد لذاك أن يتكرَّر. سواء أكانت اللذة جنسية أم فنية أم عقلية، أم شيئاً لا يدخل تماماً في هذا الباب، نحن نريد لها أن تتكرَّر؛ وأحسب أن هذه هي النقطة التي تبدأ فيها اللذة في تعتيم الذهن واختلاق قيم زائفة لا فعلية.

ما يهمُّ هو فهم اللذة لا محاولة التخلُّص منها، فذلك أغبى من أن نفعله. لا أحد يستطيع التخلُّص من اللذة. لكن فهم طبيعة اللذة وبنيتها أمر جوهري، لأنه إن اقتصرت الحياة على مجرَّد اللذة، وإن كان هذا هو ما يبتغيه المرء، تترافق اللذة عند ذاك مع البؤس والبلبلة والأوهام والقيم الزائفة التي نختلقها، ومن ثمّ ينعدم الصفاء.

-٧-
حين لا يتم إشباع اللذة

هل يفهم المرء لذة إشباع الذات، لذة أن يكون شخصاً مرموقاً، وأن يُعترَف به في العالم كاتباً أو رساماً أو رجلاً عظيماً؟ هل يفهم المرء لذة السيطرة والمال أو نذر الفقر، أو اللذة التي يختبرها في أشياء بهذه الكثرة؟ وهل يرى المرء أنه عندما لا يتم إشباع اللذة، إذّاك يبدأ الإحباط والمرارة والعبثية المتهكّمة؟ لذا على المرء أن يعي هذا كلّه، ليس جسديّاً فحسب بل نفسيّاً. عند ذاك، يبدأ السؤال: ما موقع الرغبة من اللذة؟

-٨-
هل اللذة مهرب من الوحشة

لعلمكم، هناك نوعان من الفراغ. هناك الفراغ الذي ينظر فيه الذهن إلى نفسه ويقول: "أنا فارغ"، وهناك الفراغ الحقيقي. هناك الفراغ الذي أريد ملأه لأني لا أطيق ذلك الفراغ وتلك الوحشة وتلك العزلة وذلك الشعور بأنني مقطوع تماماً عن كلِّ شيء. لا بدَّ أن كلّاً منّا عرف ذلك الشعور، إمّا سطحيّاً وإمّا عَرَضيّاً وإمّا بشدة بالغة. والمرء، إذ يعي ذلك الشعور، من البديهي أن يتهرَّب منه، ويحاول التستُّر عليه بالمعرفة أو العلاقة، أو طلب اتحاد كامل بين الرجل والمرأة، وهلم جراً. هذا ما يحدث بالفعل، أليس كذلك؟ لست أخترع أيَّ شيء. إذا رصد المرء بنفسه، وتوغل في نفسه قليلاً – ليس توغلاً هائلاً، فهذا يأتي بعدئذٍ كثيراً –، فهو يعرف أن هذا واقع الأمر. بذلك، يبدأ المرء يتبيَّن أنه حيثما يوجد هذا الشعور بوحشة لا تنضب، هذا الفراغ الناشئ عن نظر الذهن إلى نفسه بوصفه فارغاً، توجد أيضاً رغبة ملحَّة، ودافع هائل إلى إشباعه، للحصول على شيء يمكن به التستُّر عليه.

لذا، عن وعي أو غير وعي، يحدس المرء هذه الحال من... لا أستحب استعمال "فراغ" لأن "فراغ" كلمة جميلة. إن شيئاً كالكوب أو الغرفة يكون مفيداً حين يكون فارغاً؛ ولكن إذا كان الكوب ممتلئاً، أو كانت الغرفة مزدحمة بالأثاث، فلا فائدة منهما. أكثرنا، كوننا فارغين، نملأ أنفسنا بكلِّ صنوف

الضوضاء، وباللذة وسائر أشكال التهرُّب.

-٩-
فهم اللذة ليس إنكارها

من دون فهم هذه اللذة لا يوجد حدٌّ للأسى...

فهم اللذة ليس إنكارها، لأن اللذة أحد متطلَّبات الحياة الأساسية كالمتعة. حين ترى شجرة جميلة، أو غروباً جميلاً، أو ابتسامة لطيفة على وجه، أو ضوءاً على ورقة شجر، فإنك تستمتع به حقّاً وتبتهج ابتهاجاً عظيماً.

-١٠-
لا تُقحِمْ فيها الفكر

حين ترى شيئاً خارق الجمال ومفعماً بالحياة والجمال، يجب ألا تدع الفكر يقتحم رؤيتك، لأنه لحظة يمسُّها الفكر - حيث الفكر قديم - سيحرفها إلى لذة، ومن ثمّ ينشأ الطلب على اللذة وعلى المزيد والمزيد من اللذة. وعندما لا ينالها، يوجد نزاع، وهناك خوف. فهل النظر إلى شيء ممكن دون الفكر؟

٦

لماذا ينبغي لنا أن نتغير؟

– ١ –

تغيّر، يتغيّر العالم

الآن، لفهم الذات، الذي من شأنه وحده أن يؤدي إلى ثورة جذرية أو انبعاث، لا بدَّ من وجود نيَّة لفهم سيرورتها برمَّتها. إن سيرورة الفرد لا تتناقض مع العالم والجمهور مهما كان معنى ذلك المصطلح، لأنه لا يوجد جمهور في معزل عنك؛ أنت الجمهور.

– ٢ –

لماذا نريد أن نتغير؟

بادئ ذي بدء، لماذا نريد تغيير "الموجود" أو إحداث تحوُّل؟ لماذا؟ لأننا غير راضين عمَّا نحن عليه؛ إنه يختلق نزاعاً واختلالاً، ونحن إذ نمقت تلك الحالة ترانا نريد شيئاً أفضل وأنبل وأكثر

مثالية. لذا، ترانا نرغب في التحوُّل لأن هناك ألماً وضيقاً ونزاعاً.

-٣-
إنّه ضروري

لأنك حين تتغيَّر تغيُّراً جذريّاً أنت لا تتغيَّر بسبب المجتمع، ولا تتغيَّر لأنك تبتغي فعل الخير أو تريد الوصول إلى الجنَّة أو الله أو ما إلى ذلك. أنت تتغيَّر لأن الأمر ضروري بحدٍّ ذاته. وإن كنت تحب أمراً ما لذاته، فإنه يؤدي إلى وضوح هائل، وهذا الوضوح هو الذي سوف يجلب الخلاص للإنسان، وليس عمل الصالحات والإصلاحات.

-٤-
التغيُّر الداخلي لا الخارجي هو الذي يحوِّل المجتمع

لا نهاية للكلام وللحجج وللتفسيرات، لكن التفسيرات والحجج والكلام لا تؤدي إلى عمل مباشر، لأنه لكي يحدث الأمر، نحتاج إلى التغيُّر جذريّاً من الأساس. هذا لا يحتاج إلى حجَّة. ما من إقناع ولا وصفة ولا تأثُّر بآخر سيجعلنا نتغيَّر من الأساس، بالمعنى العميق لتلك الكلمة. نحن بحاجة إلى التغيُّر فعلاً لكن ليس وفقاً لأيٍّ فكرة أو وصفة أو مفهوم بعينه، لأننا حين تكون لدينا أفكار بخصوص العمل يتوقف العمل. بين العمل والفكرة ثمة فاصل

زمني وتخلُّف، وفي ذلك الفاصل ثمة إمَّا مقاومة، وإمَّا تطابُق مع تلك الفكرة أو تلك الوصفة أو تقليد لها ومحاولة وضعها موضع التنفيذ. ذاك ما يفعله أكثرنا طوال الوقت. نحن نعلم أننا يجب أن نتغيَّر ليس خارجيّاً فحسب، لكن عمقيّاً ونفسيّاً.

التغييرات الخارجية متعددة. إنهم يجبروننا على الامتثال لنمط معيَّن من النشاط، ولكن لمواجهة تحدي الحياة اليومية لا مناص من ثورة عميقة. أكثرنا عنده فكرة أو مفهوم لما ينبغي أو ما يجب أن نكونه، لكننا لا نتغيَّر أبداً من الأساس. الأفكار والمفاهيم حول ما ينبغي للمرء أن يكونه لا تجعلنا نتغيَّر البتَّة. نحن نتغيَّر حين يكون الأمر ضروريّاً للغاية فقط، إنما لا نرى أبداً ضرورة التغيُّر رؤية مباشرة. وعندما ننوي التغيُّر فعلاً، يواجهنا قدر كبير من النزاع والمقاومة، فنهدر قدراً كبيراً من الطاقة في المقاومة واختلاق حاجز...

لتحقيق مجتمع صالح، يجب على البشر أن يتغيَّروا. يجب علينا، أنا وأنت، أن نجد الطاقة والقوة الدافعة والحيوية لإحداث هذا التحوُّل الجذري للذهن، وذاك غير ممكن إذا لم تتوفر لدينا طاقة كافية. نحن بحاجة إلى قدر كبير من الطاقة لإطلاق تغيُّر في أنفسنا لكننا نهدر طاقتنا عبر النزاع والمقاومة والامتثال والتقبُّل والطاعة. إنها لَمضيعة للطاقة حين نحاول أن نتطابق مع القالب. لصون الطاقة، يجب أن نعي أنفسنا، وكيفية تبديدنا الطاقة. هذه مشكلة عريقة لأن معظم البشر خاملون. إنهم يؤثرون التقبُّل والطاعة والاتِّباع. إذا وعينا هذا الخمول والكسل العميق التجذُّر،

وحاولنا تسريع الذهن والقلب، فإن شدة الأمر تصير من جديد نزاعاً، وهو أيضاً مضيعة للطاقة.

إن مشكلتنا - هي واحدة من المشكلات الكثيرة التي نعاني منها - هي في كيفية الحفاظ على هذه الطاقة، الطاقة اللازمة لحدوث انفجار في الوعي، انفجار غير مدبَّر، ليس من تجميع الفكر، بل انفجار يحدث حدوثاً طبيعيّاً عندما تتوفر هذه الطاقة التي لا تُضيَّع...

نحن نتكلّم على ضرورة جمع الطاقة كلِّها لإحداث ثورة جذرية في الوعي نفسه، لأننا يجب أن نمتلك ذهناً جديداً، وعلينا أن ننظر إلى الحياة نظرة مختلفة كلَّ الاختلاف.

٧

ما هي غاية الحياة؟

– ١ –

ما هي غاية الحياة؟

يكمن مغزى الحياة في فعل الحياة نفسه. فهل نحيا حقّاً، وهل تستحق الحياة أن تعاش في وجود الخوف، حين تروِّض حياتُنا بأسرها على التقليد والمحاكاة؟ هل من حياة أصلاً في اتباع السلطة؟ هل تراك تحيا عندما تتَّبع شخصاً ما حتى لو كان أعظم قديس أو سياسي أو علّامة؟

إذا رصدت سلوكيَّاتك، فسترى أنك لا تفعل سوى اتِّباع أحدهم أو سواه. وعملية الاتِّباع هي ما ندعوه "حياة"، ثم تراك تقول في آخر المطاف: "ما هو مغزى الحياة؟" الحياة، في نظرك، لا مغزى لها الآن. فالمغزى يمكن أن يأتي فقط حين تنحِّي جانباً هذه السلطة كلَّها. لكن تنحية السلطة صعبة للغاية.

ما هو التحرُّر من السلطة؟ يمكنك خرق قانون. ذاك ليس

تحرراً من السلطة. لكن ثمة حرية في فهم السيرورة برمَّتها، وكيفية اختلاق الذهن لمرجعيَّة السلطة، وكيف يعاني كلٌّ منَّا البلبلة، ومن ثمّ يريد أن يطمئن أنه يعيش نوع الحياة الصحيح. فلأننا نريد أن يقال لنا ما يجب علينا فعله، ترانا ضحايا استغلال الگورو الروحيين منهم والعلميين. ترانا لا نعرف مغزى الحياة ما دمنا نحاكي سوانا ونقلِّده ونتبعه.

ثم كيف يمكن للمرء أن يعرف مغزى الحياة عندما يكون كلُّ ما يبتغيه هو النجاح؟ تلك هي حياتنا: نبتغي النجاح، وأن نكون آمِنين تماماً داخليّاً وخارجيّاً، ونريد من أحدهم أن يقول لنا إننا نحسن البلاء، وإننا نسير على الطريق الصحيح المؤدي إلى الخلاص... حياتنا كلُّها تتلخَّص في اتباع تقليد، تقليد من الأمس أو من آلاف السنين، ونجعل من كلِّ خبرة مرجعيَّةً لمساعدتنا على بلوغ نتيجة. ومنه، نحن لا نعرف مغزى الحياة. كلُّ ما نعرفه هو الخوف: ممَّا يقوله أحدهم، من الموت، من ألا نحصل على ما نريد، من ارتكاب الخطأ، من فعل الخير. إن أذهاننا مبلبلة للغاية وعالقة بالنظريات، حتى إننا لا نستطيع وصف أهمية الحياة في نظرنا.

الحياة شيء خارق. عندما يسأل السائل: "ما هو مغزى الحياة؟"، تراه يريد تعريفاً. فكلُّ ما سيعرفه هو التعريف، مجرَّد كلمات وليس المغزى الأعمق والغنى الخارق والحساسية للجمال وشساعة الحياة.

- ٢ -

ما هي الحياة؟

إذن، علينا ونحن نناقش غاية الحياة أن نتبيَّن ماذا نعني بـ"الحياة" وبـ"الغاية"، ليس معنى القاموس فحسب، بل المغزى الذي نضفيه على هاتين الكلمتين. الحياة قطعاً تتضمَّن العمل اليومي والتفكير اليومي والشعور اليومي، أليس كذلك؟ إنها تتضمَّن الصراعات والآلام وصنوف القلق والخيبات والمخاوف وروتين المكتب والأعمال والبيروقراطية وهلم جراً. ذلك كلُّه هو الحياة، أليس كذلك؟ وبالحياة، لا نعني طبقة واحدة من الوعي فقط، بل سيرورة الوجود الكلِّية التي هي علاقتنا بالأشياء وبالأشخاص وبالأفكار. ذاك ما نعنيه بالحياة، وليس شيئاً مجرَّداً.

فإذا كان ذلك ما نعنيه بالحياة، فهل للحياة من غاية، يا ترى؟ أم أننا، لأننا لا نفهم سُبُل الحياة التي نسلكها يوميّاً - الألم، القلق، الخوف، الطموح، الجشع -، ولا نفهم أنشطة الوجود اليومية، ترانا نبتغي غاية قاصية أو دانية، بعيدة أو قريبة. نبتغي غاية نستطيع بها توجيه حياتنا اليومية نحو هدف. ذلك في الظاهر ما نعنيه بالغاية. لكنني إذا فهمت كيف أعيش، فإن العيش بعينه يكون بحدِّ ذاته كافياً، أليس كذلك؟

وفي المحصلة، أقرر ما ينبغي أن تكون عليه غاية الحياة وفق أحكامي المسبقة ومطلوبي ورغبتي وولعي. ومنه، إن رغبتي

تختلق الغاية. قطعاً ليس ذاك غاية الحياة. ما الأهم: تبيان غاية الحياة أو تحرير الذهن ذاته من إشراطه ثم التقصِّي؟ ربما حين يتحرَّر الذهن من إشراطه تكون تلك الحرية بعينها حصراً هي الغاية. لأنه في النتيجة، يصبح في وسع المرء في الحرية وحدها أن يكتشف أيَّ حقيقة.

ومنه، المطلوب الأول هو الحرية وليس السعي طلباً لغاية الحياة.

-٣-
ما هو هدف الحياة؟

ما هو مغزى الحياة؟ ما هي غاية الحياة؟ لماذا تسأل مثل هذا السؤال؟ تراك تسأل هذا السؤال عندما، أو فيك، توجد فوضى، وحولك توجد بلبلة وغياب اليقين. وبما أنك تعدم أيَّ يقين، فأنت تبتغي شيئاً يقينيّاً. تبتغي غاية ما في الحياة، هدفاً معيَّناً، لأنك في نفسك غير موقن...

ليس المهم ما هو هدف الحياة، بل فهم البلبلة التي يتخبَّط فيها المرء والبؤس والمخاوف وسائر الأمور الأخرى. نحن لا نفهم البلبلة لكننا نريد التخلُّص منها فحسب. الشيء الحقيقي موجود هنا لا هناك. الإنسان المهتم فعلاً لا يسأل ما هي غاية الحياة. إنه مهتم بإجلاء البلبلة والأسى الذي هو عالق فيه.

– ٤ –

فهم عذاباتنا اليومية، لا الهرب منها

حتى نفهم مغزى العيش ككل، يجب علينا أن نفهم العذابات اليومية لحياتنا المعقدة، إذ ليس في وسعنا أن نتهرَّب منها. يجب على كلِّ واحد منَّا أن يفهم بنفسه المجتمع الذي نعيش فيه – لا وفق فيلسوف ما أو معلّم ما أو گورو – ويجب على طريقة حياتنا أن تتحوَّل وتتغيَّر تماماً. أعتقد أن ذلك هو الشيء الأهم الذي يتعيَّن علينا فعله، ولا شيء آخر.

– ٥ –

لماذا نحن أحياء؟

سائل: نعيش، لكننا لا نعرف لماذا. تبدو الحياة، في نظر كثيرين منَّا، عديمة المعنى. فهل لك أن تخبرنا ما معنى حياتنا وغايتها؟
كريشنامورتي: أولاً، لماذا تسأل هذا السؤال؟ لماذا تطلب مني أن أخبرك بمعنى الحياة وبغاية الحياة؟ ماذا نعني بالحياة؟ هل للحياة من معنى أو غاية؟ أليس فعل الحياة في حدِّ ذاته غاية ذاته ومعنى ذاته؟ لماذا نريد أكثر؟ لأننا غير راضين على حياتنا إلى هذا الحد، ترى حياتنا بكلِّ هذا الفراغ، وبكلِّ هذه البهرجة التافهة، وبكلِّ هذه الرتابة، إذ نفعل الشيء نفسه مراراً وتكراراً، فترانا نريد شيئاً أكثر، شيئاً يتجاوز ما نفعله. وبما أن حياتنا اليومية بكلِّ هذا الفراغ،

وبكلِّ هذه البلادة عديمة المعنى، وبكلِّ هذا الملل، وبكلِّ هذا الغباء الذي لا يُطاق، نقول إن الحياة يجب أن يكون لها حتماً معنى أكمل، ولذلك تراك تطرح هذا السؤال. من المؤكد أن إنساناً يحيا حياة غنية، إنساناً يرى الأشياء كما هي ويكتفي بما عنده، ليس مشوشاً. إنه صافٍ، ولهذا لا يسأل ما غاية الحياة. فعل الحياة بحدِّ ذاته هو في نظره البداية والنهاية. تكمن صعوبتنا في أننا، بما أن حياتنا فارغة، نبتغي إيجاد غاية للحياة ونكدح في سبيلها. مثل هذه الغاية من الحياة لا يمكن لها أن تكون سوى محض فعل عقلي، يَعدَمُ أيَّ واقعية. عندما يسعى في طلب غاية الحياة ذهنٌ غبي بليد وقلبٌ خاوٍ، فإن تلك الغاية لا بدَّ أن تكون خاوية هي الأخرى. ومنه إن غايتنا هي كيفية جعل حياتنا غنية، ليس بالمال وغيره من الأشياء المماثلة، بل غنية من الداخل، وهو ليس أمراً خفيّاً. عندما تقول إن غاية الحياة هي السعادة والعثور على الله، فإن الرغبة في العثور على الله هي قطعاً هرب من الحياة، وإلهك مجرَّد شيء معلوم. إذ لا يمكن لك أن تشق لنفسك طريقاً إلا نحو غرض تعرفه؛ إذا اتفق لك أن تبني سلَّماً إلى الشيء الذي تسمِّيه الله، فذاك قطعاً ليس الله. الحقُّ لا يُفهَم إلا في فعل الحياة، وليس في الهرب منه. عندما تسعى في طلب غاية للحياة أنت في واقع الأمر تهرب ولست تفهم ماهية الحياة. الحياة علاقة وعمل ضمن العلاقة. عندما لا أفهم العلاقة، أو عندما تكون العلاقة مشوَّشة، إذّاك أفتش عن معنى أكمل. فلماذا حياتنا بكلِّ هذا الخواء؟ لماذا نحن بكلِّ هذه الوحشة، وبكلِّ هذا الإحباط؟ لأننا لم ننظر أبداً إلى

أنفسنا ولم نفهم أنفسنا أبداً. نحن لا نقرُّ أبداً لأنفسنا أن هذه الحياة هي كلُّ ما نعرف وأنها ينبغي في النتيجة أن تُفهَم فهماً كاملاً وتامّاً. ترانا نفضل الفرار من أنفسنا، ولهذا نطلب غايةً للحياة في منأى عن العلاقة. إذا بدأنا فهم العمل، وهو علاقتنا مع الناس والمقتنيات والمعتقدات والأفكار، فسنجد أن العلاقة بحدِّ ذاتها تأتي بثوابها. ليس عليك أن تسعى في الطلب. الأمر أشبه بطلب الحب. هل في وسعك أن تجد الحب عن طريق السعي في طلبه؟ الحب لا يمكن تنميته. ستجد الحب في العلاقة فقط لا خارج العلاقة. فلأننا نَعْدَمُ الحب، ترانا نبتغي غايةً للحياة. عندما يوجد الحب، وهو أبديَّة ذاته، لا يوجد بحث عن الله، لأن الحب هو الله.

إن امتلاء أذهاننا بالمصطلحات الفنية والتمتمات الخرافية هو الذي يجعل حياتنا بكلِّ هذا الخواء، ولهذا ترانا نسعى في طلب غاية ما في ما يتعدَّى أنفسنا. لإيجاد غاية الحياة، يجب علينا أن نَعْبُرَ باب أنفسنا. لكننا، عن وعي منّا أو غير وعي، نتفادى مواجهة الأشياء كما هي في حدِّ ذاتها، ولهذا نريد من الله أن يفتح لنا باباً يقع أبعد من ذلك. هذا السؤال حول غاية الحياة لا يطرحه إلا أولئك الذين لا يحبُّون. لا يمكن العثور على الحب إلا في العمل، وهو العلاقة.

الباب الثاني

معرفة الذات: مفتاح الحرية

١

الخوف

-١-
الخوف الداخلي والخارجي

نحن مثقلون بالخوف ليس خارجيّاً فحسب لكن في الداخل أيضاً. هناك الخوف الخارجي من خسارة الوظيفة، وغياب ما يكفي من الطعام، وفقد منصبك، وتصرُّف رئيسك تصرفاً قبيحاً. داخليّاً أيضاً هناك قدر كبير من الخوف: من فقدان الوجود، من غياب النجاح المهني، من الموت، من الوحشة، من ألا تكون محبوباً، من السأم المطلق، وهلم جراً.

-٢-
الخوف يحُول دون الحرية النفسية

إذن مشكلتنا الأولى والجوهرية حقّاً هي التحرُّر من الخوف. هل

تدري ما يفعله الخوف؟ إنه يعتِّم على الذهن. إنه يبلِّد الذهن. ومن الخوف، ينشأ العنف. من الخوف، تنشأ عبادة شيء ما.

-٣-
الخوف البدني هو الاستجابة الحيوانية

الآن هناك أولاً الخوف البدني الذي هو استجابة الحيوان. إذ إننا ورثنا من الحيوان الكثير الكثير. جزء كبير من بنية دماغنا موروث عن الحيوان. هذه حقيقة علمية. إنها ليست نظرية، بل أمر واقع. الحيوانات عنيفة وكذلك البشر. الحيوانات طمَّاعة؛ إنها تستحب المداهنة والملاطفة، وتستحب أن تجد الراحة؛ هكذا يفعل البشر. الحيوانات استحواذية الطبع وتنافسية، وكذلك البشر. تعيش الحيوانات ضمن مجموعات، وكذلك البشر يستحبون العمل ضمن مجموعات. للحيوانات بنيان اجتماعي، وكذلك البشر. في وسعنا أن نستمر مطولاً في سرد التفاصيل. لكن حسبنا أن نرى أن هناك الكثير جدّاً فينا لا يزال حيوانيّاً.

-٤-
هل في وسعنا أن نتحرَّر من الإشراط الحيواني والثقافي؟

فهل من الممكن لنا أن نتحرر، لا من الحيوان فحسب، بل أن نمضي

قُدُماً أبعد من ذلك بكثير ونكتشف - دون الاكتفاء بالاستقصاء اللفظي، بل نكتشف فعليّاً - هل في وسع الذهن أن يتجاوز إشراط مجتمع ما ترعرع فيه أو ثقافة ما نشأ عليها؟ لاكتشاف أمر ينتمي إلى بُعد مختلف تماماً، أو الوقوع عليه، يجب أن يوجد تحرُّر من الخوف.

-٥-

الخوف البدني الذي يحمي الجسم فطنةٌ؛ الخوف النفسي هو مشكلتنا

من الواضح أن ردَّ الفعل للحماية الذاتية ليس خوفاً. نحن بحاجة إلى طعام وملبس ومأوى... جميعنا، وليس الأثرياء منَّا فحسب، ولا علية القوم فقط. الجميع بحاجة إليها، وهذا لا يمكن أن يحلَّه السياسيون. لقد جزَّأ السياسيون العالم إلى دول، مثل الهند، لكلٍّ منها حكومتها المستقلة ذات السيادة وجيشها المستقل، وكلُّ هذا الهراء السَّام عن القومية. هناك مشكلة سياسية واحدة فقط، ألا وهي تحقيق الوحدة الإنسانية. وتلك لا يمكن تحقيقها إذا تمسَّكتم بجنسيتكم وبتقسيماتك التافهة... عندما يشبُّ حريق في المنزل، يا سيدي، تراك لا تتحدث عن الشخص الذي يجلب الماء، ولا عن لون شعر الشخص الذي أشعل النار في المنزل، بل تجلب الماء. لقد جزَّأت القومية البشر، مثلما جزَّأت الأديان البشر، وهذه الروح القومية والمعتقدات الدينية قد جزَّأت البشر، وألَّبت الإنسان على الإنسان. ويمكن للمرء أن يرى لماذا نشأت القومية. نشأت لأننا

جميعاً نستحب أن نعيش في بُريكة صغيرة تخصُّنا وحدنا.

ومنه، على المرء أن يتحرَّر من الخوف، وذلك من أصعب الأمور فعلاً. أكثرنا لا يعون أننا خائفون، ونحن لا نعي ممَّا نحن خائفون. وعندما نعرف ما نخاف منه، ترانا لا ندري ماذا نفعل. لذا نفرُّ ممَّا نحن عليه، وهو الخوف؛ وما نفرُّ إليه يزيدنا خوفاً. وقد طوَّرنا بكلِّ أسف شبكة من المهارب.

-٦-
أصل الخوف

كيف يطرأ الخوف: من الغد، من خسارة وظيفة، من الموت، من المرض، من الألم؟ يتضمَّن الخوف سيرورة تفكير عن المستقبل أو الماضي. أخاف من الغد وممَّا قد يحدث. أخاف من الموت؛ فمع أنه لا يزال على مسافة مني، فإنني خائف منه. الآن ما الذي يسبِّب الخوف؟ الخوف موجود دائماً بخصوص شيء ما. وإلا فما ثمة خوف. لذا يخاف المرء من الغد أو ممَّا كان أو ما سوف يكون. فما الذي جاء بالخوف؟ أليس الفكر؟

-٧-
الفكر أصل الخوف

إذن، الفكر يولِّد الخوف. أفكر في خسارة وظيفة أو قد أخسر

وظيفة، فيختلق الفكر الخوف. فالفكر يُسقِطُ نفسه دوماً في الزمن، لأن الفكر هو الزمن. أفكر في المرض الذي أُصِبت به وأمقت الألم، فأرتعب من احتمال عودة الألم مرة أخرى. لقد اختبرت الألم: التفكير فيه والرغبة في صرفه عني يختلقان الخوف. يرتبط الخوف ارتباطاً وثيقاً باللذة. أكثرنا منقاد باللذة. اللذة في نظرنا، مثل الحيوانات، ذات أهمية قصوى، واللذة جزء من الفكر. التفكير في شيء مَنحني لذة يزيد تلك اللذة. أليس الأمر كذلك؟ ألم تلحظ هذا كلَّه؟ لقد اتفق لك أن خَبِرتَ اللذة – لذة غروب جميل أو لذة الجنس – وأنت تفكر في تلك الخبرة. التفكير فيها يزيد اللذة، مثلما أن التفكير في ما عانيتَ من ألم يجلب الخوف. ومنه إن الفكر يختلق كلّاً من اللذة والخوف، أليس كذلك؟ فالفكر مسؤول عن طلب اللذة واستمرارها، ومسؤول أيضاً عن توليد الخوف واستجلابه. لا بدَّ أن يرى المرء هذا الأمر؛ هو حقيقة تجريبية فعلية.

ثم يتساءل المرء: "هل من الممكن تجنب التفكير في اللذة أو الألم؟ هل من الممكن التفكير فقط في حال كان الفكر مطلوباً، لكنْ ليس في غير حال؟". سيدي، عندما تشتغل في مكتب أو تعمل في وظيفة، يكون الفكر ضروريّاً؛ في غير حال، ليس في وسعك أن تفعل أيَّ شيء. عندما تتكلَّم، أو تكتب، أو تتحدث، أو تذهب إلى المكتب، يكون الفكر ضروريّاً. في تلك الحال، يجب أن يشتغل بدقة وعلى نحوٍ غير شخصي. في تلك الحال، يجب على الفكر ألا ينقاد إلى ميل أو نزوع. في تلك الحال

الفكر ضروري. ولكن هل الفكر ضروري في أيٍّ مجال آخر من مجالات العمل؟

تتَّبعوا هذا، رجاءً. الفكر في نظرنا مهمٌّ جدّاً. إنه الأداة الوحيدة التي بحوزتنا. الفكر هو استجابة الذاكرة التي ما فتئت تتراكم عبر الخبرة والمعرفة والموروث. والذاكرة نتاج الزمن وموروثة عن الحيوان. ومن هذه الخلفية، تأتي ردود أفعالنا. ردُّ الفعل هذا هو التفكير. الفكر ضروري على مستويات معيَّنة. لكن عندما يُسقِطُ الفكر ذاته نفسيّاً بوصفه المستقبل والماضي، فإنه يختلق الخوف واللذة، وفي هذه السيرورة، يتبلَّد الذهن، ومن ثمّ يكون التقاعس أمراً لا مفرَّ منه. سيدي، الخوف، كما قلنا، ينشأ عن الفكر: التفكير في خسارة وظيفتي، التفكير في أن زوجتي قد تفرُّ مع أحدهم، التفكير في الموت، التفكير في ما كان، وما إلى ذلك. فهل في وسع الفكر أن يكفَّ عن التفكير في الماضي نفسيّاً، من حيث حماية الذات، أو في المستقبل؟

-٨-
الانتباه بلا مركز

لذا، يتساءل المرء: "هل من الممكن للفكر أن يتناهى كي يحيا المرء حياة تامة ممتلئة؟". هل لحظت يوماً أنك حين تنتبه تماماً، وعندما تولي انتباهك تماماً إلى أيٍّ شيء، ينعدم الراصد، ومن ثمّ ينعدم المفكر والمركز الذي ترصد اعتباراً منه؟

-٩-
الانتباه ينهي الخوف

حين تولي مثل هذا الانتباه الكلِّي تامّاً، لا يوجد راصد بتاتاً. والراصد هو الذي يولِّد الخوف لأن الراصد هو مركز الفكر؛ إنه "الأنا"، الذات، الأنيَّة؛ الراصد هو الرقيب. حين ينعدم التفكير ينعدم الراصد. وتلك الحالة ليست حالة خواء. يتطلَّب ذلك قدراً كبيراً من التقصِّي، ورفض أيِّ شيء أبداً على عواهنه.

-١٠-
جذر كلِّ خوف

الاتِّكال على الأشياء أو الناس أو الأفكار يولِّد الخوف. ينشأ الاتِّكال من الجهل وغياب معرفة الذات والفقر الداخلي. والخوف يسبِّب فقدان اليقين في الذهن-القلب، فيحُول دون التواصل والتفاهم. عبر الانتباه إلى الذات، نبدأ اكتشاف سبب الخوف والإحاطة به، ليس المخاوف السطحية فحسب، بل المخاوف السببيَّة والتراكمية العميقة. الخوف فطري ومكتسب في آنٍ معاً؛ إنه مرتبط بالماضي، ولتحرير الفكر-الشعور منه، تجب الإحاطة بالماضي عبر الحاضر. ما انفك الماضي يريد أن يستولد الحاضر الذي يصير الذاكرة المتماهية لـ"أنا" و"لي"، أي "الأنيَّة". الذات هي في الجذر من كلِّ خوف.

٢

الغضب والعنف

- ١ -

قد يكون الغضب عن إحساس بأهمية الذات

يتصف الغضب بتلك الخاصيَّة العازلة المميَّزة. إنه، كالأسى، يعزل المرء عزلاً تامّاً، وفي الوقت الراهن، على الأقل، تنتهي كلُّ علاقة. يتصف الغضب بقوة المعزول وحيويَّته المؤقتتين. ثمة يأس غريب في الغضب؛ إذ إن العزلة يأس. الغضب الملازم للخيبة وللغيرة وللرغبة في الجَرْح يمنح تنفيساً عنيفاً يجد لذَّته في التبرير الذاتي. نحن ندين الآخرين، وتلك الإدانة بعينها هي تبرير لأنفسنا. من دون نوع ما من السلوك، سواء عن اعتداد بالنفس أو اتِّضاع، ماذا نكون؟ ترانا نستعمل كلَّ ما أوتينا من وسائل لتعزيز أنفسنا. والغضب، كالكراهية، هو من أسهل السُّبُل. الغضب البسيط، الاحتداد المفاجئ الذي سرعان ما يُنسى، شيء، لكن الغضب المستفحل عَمْداً، الغضب المختمر الذي يحرص على إيقاع الأذى والتدمير، قضية أخرى تماماً.

-٢-
جذور الغضب الفسيولوجية والنفسية

قد يكون للغضب البسيط سبب فسيولوجي ما يمكن رؤيته وعلاجه، لكنَ الغضب الناجم عن سبب نفسي أحذق وأصعب بكثير في التعامل معه. أكثرنا لا يمانع أن يغضب، ترانا نجد له عذراً. لماذا لا يجوز لنا أن نغضب حين يعامَل شخصٌ آخر أو نعامَل نحن معاملة سيئة؟ لذا نغضب غضباً مبرَّراً. لا نكتفي بالقول إننا شعرنا بالغضب، ونقف عند هذا الحد، بل نمضي في تفسيرات مفصَّلة لسببه. لا نكتفي أبداً بشعورنا بالغيرة أو المرارة، بل نبرِّر الأمر أو نفسِّره. ترانا نسأل: كيف يمكن للحب أن يوجد من دون غيرة، أو نقول إن تصرفات شخص آخر جعلتنا نشعر بالمرارة، وهلم جراً. إن التفسير، التعبير اللفظي، سواء أكان صامتاً أم منطوقاً، هو الذي يغذي الغضب، يمنحه مدًى وعمقاً. التفسير، أكان صامتاً أم منطوقاً، يُنتج ترساً يحُول دون اكتشاف أنفسنا كما نحن. نريد أن نُمتدَح أو نُتملَّق، ونتوقع شيئاً. وعندما لا تحدث هذه الأمور، يخيب أملنا، ونصير مريرين أو نغار. ثم، بعنف أو برفق، نلوم شخصاً آخر، ونقول إن الآخر مسؤول عن مرارتنا.

-٣-
في الاتّكال غضب

أنت ذو أهمية كبيرة عندي لأنني أتَّكل عليك في سعادتي أو منصبي

أو مكانتي. عن طريقك، أُنجِز، فأنت مهمٌّ في نظري؛ يجب أن أحرسك وأن أمتلكك. عن طريقك، أهرب من نفسي. وعندما أرتمي على نفسي ثانيةً، إذ أرتعب من حالتي إيَّاها، ينتابني الغضب. يتخذ الغضب صوراً عدة: خيبة، ضغينة، مرارة، غيرة، إلى آخر ما هنالك.

- ٤ -
الغضب المختزَن هو المشكلة

يستدعي اختزان الغضب، وهو الضغينة، ترياق المغفرة، لكن اختزان الغضب أهم بكثير جدّاً من المغفرة. الغفران غير ضروري عندما لا يوجد تراكُم للغضب. الغفران جوهري إذا وُجِدَت الضغينة. لكن التحرُّر من التملُّق والشعور بالجرح، دون قساوة اللّامبالاة، يؤهِّب للرحمة والمحبة. الغضب لا يمكن التخلُّص منه بفعل الإرادة، إذ إن الإرادة جزء من العنف. الإرادة نتاج للرغبة وللتحرُّق إلى أن نكون، والرغبة بحُكم طبيعتها بالذات عدوانية ومسيطِرة. قمع الغضب عن طريق إعمال الإرادة هو نقل للغضب إلى مستوى مختلف، وإطلاق اسم مختلف عليه، لكنه يظلُّ جزءاً من العنف. للتحرُّر من العنف - هو ليس تنميةً للّاعنف - لا بدَّ من فهم الرغبة.

-٥-

التوقعات تسبِّب الألم والغضب

إذا توغَّلتَ في الغضب عميقاً جدّاً، غير مكتفٍ بتنحيته جانباً فحسب، فعلامَ ينطوي الأمر؟ لماذا يغضب المرء؟ لأن المرء مجروح، إذ لقد تفوَّه أحدهم بعبارة جارحة. وعندما يتملَّقك أحدهم بعبارة إطراء، تراك مسروراً. لماذا تنجرح؟ إنه الشعور بأهمية ذاتك، أليس كذلك؟ ولماذا هناك أهمية للذات؟

لأن عند المرء فكرة أو رمزاً لنفسه، صورة عن ذاته، ما ينبغي له أن يكون عليه، ما هو عليه أو ما لا ينبغي له أن يكون عليه. فلماذا يختلق المرء صورةً عن ذاته؟ لأن المرء لم يدرس أبداً ما هو عليه فعليّاً. ترانا نظن أننا يجب أن نكون هذا أو ذاك: المثالي، البطل، القدوة. ما يوقظ الغضب أن مثالنا، أي الفكرة التي عندنا عن ذاتنا، تتعرَّض للهجوم. وفكرتنا عن ذاتنا هي هربنا من واقع ما نحن عليه. لكنك حين ترصد واقع ما أنت عليه فعلاً لا يمكن لأحد أن يجرحك. إذّاك، إذا كان المرء كاذباً وقيل له أنه كاذب، فهذا لا يعني أنه قد انجرح. إنها حقيقة واقعة. لكنك عندما تتظاهر بأنك لست كاذباً، وقيل لك أنك كاذب، تراك تغضب وتعنف. ومنه، نحن نعيش دوماً في عالم مثالي وأسطوري، وليس أبداً في عالم الواقع الفعلي. لرصد "الموجود" ولرؤيته، حتى تكون فعليّاً على دراية به، يجب ألّا يكون ثمة حُكم، ولا تقييم، ولا رأي، ولا خوف.

-٦-

الفهم يذيب الغضب

مؤكَّد أن الشيء الذي تحاربه، تصيره... إذا كنتُ غاضباً وقابلتَني بالغضب، فما هي النتيجة؟ المزيد من الغضب! لقد صرتَ ما أنا عليه. إذا كنتُ شريراً وحاربتَني بوسائل شريرة، فأنت الآخر تصير شريراً مهما كان شعورك بأنك صالح. إذا كنتُ متوحشاً واستعملتَ أساليب وحشية للتغلُّب عليَّ، تراك تصير متوحشاً مثلي. وهذا ما فعلناه طوال آلاف السنين. يوجد قطعاً نهج غير نهج مواجهة الكراهية بالكراهية، أليس كذلك؟ إذا استعملتُ أساليب عنيفة لكظم الغضب في نفسي فأنا أستعمل وسائل طالحة لتحقيق غاية صالحة، وبذلك إن الغاية الصالحة لا تعود صالحة. في هذا لا يوجد الفهم ولا تجاوُز للغضب. الغضب ينبغي له أن يُدرَس بحِلْم ويُفهَم لا أن يُتغلَّب عليه بوسائل عنيفة. قد يكون الغضب نتيجة أسباب عدة، ومن دون الإحاطة بها لا مفرَّ من الغضب.

لقد اختلقنا العدوَّ والمجرمَ، وصيرورتنا نحن العدوَّ لا تضع للعداوة حدّاً بأيِّ حال من الأحوال. علينا أن نفهم سبب العداوة وأن نكفَّ عن تغذيتها بفكرنا وشعورنا وعملنا. هذه مهمَّة شاقة تتطلَّب وعياً للذات متواصلاً وليونة ذكية، إذ إن ما نحن عليه يكون عليه المجتمع والدولة. العدو والصديق هما حصيلة فكرنا وعملنا. نحن مسؤولون عن اختلاق العداوة، ولذلك إن وعينا وفكرَنا وعملَنا أهم من الاهتمام بالعدو والصديق، ذلك أن التفكير

الصحيح يضع حدّاً للانقسام. الحبُّ يتسامى عن الصديق والعدو.

-٧-
الغضب الفردي سيرورة تاريخية

نرى عالم الكراهية يجني حصاده في الوقت الحاضر. لقد اختلق عالمَ الكراهية آباؤنا وأجدادُهم ونحن أيضاً. بذلك إن الجهل يمتد في الماضي إلى ما لا نهاية. إنه لم يولد من تلقاء ذاته. إنه حصيلة الجهل البشري، وهي سيرورة تاريخية، أليس كذلك؟ نحن، بصفتنا أفراداً، تعاونّا مع أسلافنا الذين مع أجدادهم أطلقوا هذه السيرورة من الكراهية والخوف والجشع، وما إليها. والآن بوصفنا أفراداً ترانا نشارك بحصَّتنا في عالم الكراهية هذا ما دمنا منفردين ومنهمكين فيه.

-٨-
كما تكون، يكون العالم

إذن، العالم امتداد لذاتك. إذا كنت بصفتك فرداً ترغب في القضاء على الكراهية، يجب عليك بصفتك فرداً أن تكفَّ عن الكراهية. لتقضي على الكراهية، يجب عليك أن تنأى بنفسك عن الكراهية بجميع صورها، الفظ منها والحاذق، وما دمت عالقاً فيها أنت جزء من عالم الجهل والخوف ذاك. فالعالم هو امتداد لذاتك، هو ذاتك

نفسك مكرَّرة ومضاعفة. العالم غير موجود في معزل عن الفرد. قد يكون موجوداً بوصفه فكرة، أو دولة، أو تنظيماً اجتماعيّاً، إنما لتنفيذ تلك الفكرة، ولجعل ذلك التنظيم الاجتماعي أو الديني يشتغل، لا بدَّ من وجود الفرد. إن جهله وطمعه وخوفه ما يحافظ على بنيان الجهل والطمع والكراهية. إذا تغيَّر الفرد، فهل بوسعه أن يؤثر في العالم، عالم الكراهية والطمع... إلخ؟ إن العالم امتداد لذاتك ما دمت مستهتراً عالقاً في الجهل والكراهية والطمع، لكنك حين تكون مخلصاً رصين التفكير واعياً، أنت لا تنأى بنفسك عن تلك الأسباب القبيحة التي تختلق الألم والأسى فحسب، لكن في ذلك الفهم يوجد تمام وكلّانية.

-٩-
أسباب الغضب والعنف

ما أسباب هذا العنف الرهيب والمدمِّر والوحشي والمتفشي في أنحاء العالم قاطبة؟ أتساءل هل سألت نفسك هذا السؤال، لماذا؟ أو تتقبَّله بوصفه حتميّاً وجزءاً من الحياة؟

كلٌّ منَّا في حياته الخاصة عنيف هو الآخر. ترانا نستشيط غضباً ولا نستحبُّ أن ينتقدنا الناس ولا نطيق أيَّ تدخُّل في حياتنا الخاصة؛ نحن دفاعيون للغاية، وفي النتيجة عدوانيون عندما نتمسَّك بمعتقد بعينه من العقيدة، أو عندما نعبد قوميَّتنا الحصرية بتلك الخرقة التي تسمَّى راية. ومنه، نحن فرديّاً في حياتنا الخاصة

والسرِّية عدوانيون. نحن عنيفون وكذلك خارجيّاً في علاقاتنا مع الآخرين. عندما نكون طموحين جشعين مستأثرين، نكون خارجيّاً، جماعيّاً أيضاً، عدوانيين وعنيفين ومدمِّرين.

أتساءل لماذا يحدث هذا الآن، في غضون هذه الفترة الحالية من التاريخ، ولماذا حدث دوماً في الماضي؟ لقد اندلعت حروب لا تُحصى، وأطلقت من عقالها ما لا يُحصى من القوى المخرِّبة المدمِّرة على العالم. لماذا؟ ما علَّة ذلك؟ ليس لأن معرفة السبب والعلَّة في ذلك سوف يحرِّر الذهن من العنف يوماً. لكن من الصواب الاستفسار عن سبب كون البشر على مرِّ العصور بكلِّ هذا العنف والتوحُّش والعدوانية والقسوة والتدمير... إلى حد أنهم يدمِّرون جنسهم. إذا استفسرت عن السبب، فما هي باعتقادك علَّة الأمر؟ آخذاً بحسبانك أن التفسيرات والاستنتاجات لا تزيل العنف بأيِّ حال. سنتوغل في مسألة التحرُّر من العنف، لكننا يجب أولاً أن نستفسر عن علَّة وجود ردود الفعل العنيفة.

- ١٠ -
الأسباب البيولوجية الموروثة

أحسب أن إحدى العلل هي الغريزة التي ورثناها عبر العصور، وهي مشتقة من الحيوانات. لا بدَّ أنك رأيت كلاباً أو ثيراناً صغاراً تتقاتل، وأقواها يقاتل أضعفها. الحيوانات بطبيعتها عدوانية وعنيفة. وبما أننا، البشر، قد تطوَّرنا عنها، ورثنا عنها أيضاً هذا

العنف والكراهية العدوانيين، الأمر الذي يحدث عندما نمتلك حقوقاً إقليمية – حقوقاً على قطعة أرض – أو جنسية، كما في الحيوان. ذاك واحد من الأسباب.

-١١-

الأسباب الاجتماعية والبيئية

ثم هناك سبب آخر هو البيئة: المجتمع الذي نعيش فيه، الثقافة التي نشأنا عليها، التعليم الذي تلقيناه. يضطرنا المجتمع الذي نعيش فيه إلى أن نكون عدوانيين؛ كلُّ امرئ يقاتل من أجل ذاته، وكلُّ امرئ يبتغي منصباً أو نفوذاً أو مكانة. جلُّ اهتمامه يدور حول ذاته. رغم أنه قد يكون أيضاً مهتمّاً بالأسرة وبالجماعة وبالأمَّة وما إلى ذلك، فهو مهتم بذاته في المقام الأول. قد يعمل بواسطة الأُسرة أو الجماعة أو الأمَّة، لكنه يضع نفسه دوماً في المرتبة الأولى. ومنه، إن المجتمع الذي نعيش فيه هو أحد الأسباب المساهمة في هذا العنف، ذاك هو السلوك الذي يفرضه علينا. من أجل أن تبقى، يقال: يجب أن تكون عدوانيّاً، يجب أن تقاتل. لذا إن البيئة من العوامل الكبرى المسبِّبة للعنف، وهذا المجتمع الذي نعيش فيه هو نتاجنا جميعاً، نحن البشرَ. نحن الذين أنتجناه بأنفسنا.

-١٢-
السبب الأكبر للغضب هو الحاجة الملحّة إلى الأمان النفسي

لكن السبب الأكبر للعنف، في ما أرى، أن كلّ واحد منّا يجنح داخليّاً ونفسيّاً إلى طلب الأمان. في كلٍّ منّا، يقوم الدافع الملحُّ إلى الأمان النفسي - ذلك الركون الداخلي إلى الطمأنينة - ويُسقِطُ الإلحاح، الطلب الخارجي على الأمان. داخليّاً يريد كلٌّ واحد منّا أن يكون آمِناً موقناً مطمئنّاً. لهذا السبب عندنا كلُّ هذا العدد من قوانين الزواج، كي نتمكن من امتلاك امرأة أو رجل، فنكون آمِنين في علاقتنا. فإذا تعرَّضت تلك العلاقة للهجوم، نصير عنيفين، وهو مطلبنا النفسي، مطلبنا الداخلي، أن نكون على يقين في علاقتنا بكلِّ شيء. لكن لا يوجد شيء اسمه اليقين أو الأمان في أيِّ علاقة. داخليّاً ونفسيّاً نودُّ أن نكون آمِنين، إنما لا يوجد شيء اسمه الأمان الدائم. زوجتك، أو زوجك، قد ينقلب عليك، وأملاكك قد تُسلَب في حال نشوب ثورة.

-١٣-
النظام الخارجي والداخلي العالمي

إذاً، يجب أولاً أن يستتبَّ نظام في الخارج، ومُحال أن يستتبَّ نظام ما لم تكن هناك لغة وتخطيط عالميّان للبشرية جمعاء، الأمر الذي

يعني إنهاء جميع الجنسيات. ثم داخليّاً لا بدَّ من تحرير الذهن من جميع المهارب حتى يواجه واقع "الموجود". هل في وسعي أن أنظر إلى واقعة كوني عنيفاً ولا أقول: "يجب ألا أكون عنيفاً"، فلا أدينه أو لا أبرِّره، بل أنظر إلى واقعة كوني عنيفاً فقط؟

-١٤-
التمرُّد، الجيوش

ثمة بكلِّ وضوح تمرُّد ضمن قالب المجتمع. بعض التمرُّدات تُحترم، فيما بعضها الآخر ليس كذلك، لكنها دائماً ما تندلع ضمن مجال المجتمع، وضمن حدود السياج الاجتماعي. وبالتأكيد إن مجتمعاً قائماً على الحسد والطموح والقسوة والحرب، يجب أن يتوقع التمرُّد ضمن ذاته. ففي المحصّلة، عندما تذهب إلى دار السينما ترى قدراً كبيراً من العنف. لقد اندلعت حربان عالميتان هائلتان تمثِّلان ذروة العنف. فالأمَّة التي تحتفظ بجيش لا بدَّ أن تكون مدمِّرة لمواطنيها. أصغوا إلى هذا كلِّه، أرجوكم. ما من دولة مسالمة ما دامت تمتلك جيشاً، سواء أكان جيشاً دفاعيّاً أم هجوميّاً. كلُّ جيش هجومي ودفاعي في آنٍ معاً، وهو لا يحقق دولة مسالمة. فمن اللحظة التي تُنشئ فيها الثقافة جيشاً وتحافظ عليه، تراها تدمِّر نفسها.

هذا واقع تاريخي لا ريب فيه.

-١٥-
جنوح الأحداث

وعلى كلٍّ مقلب، يشجعوننا أن نكون تنافسيين وطَموحين وناجحين. التنافس والطموح والنجاح هي آلهة مجتمع كهذا مزدهر بصفة خاصة، فماذا تتوقعون؟ تريدون أن يصير جنوح الأحداث محترماً، ذاك كلُّ شيء. أنتم لا تتصدون لجذور المشكلة، ألا وهي وقف سيرورة هذه الحرب برمَّتها، والحفاظ على جيش، والاتصاف بالطموح، وتشجيع المنافسة. هذه الأمور، التي تضرب بجذورها في قلوبنا، هي أسوار المجتمع التي يستمر التمرُّد ضمنها طوال الوقت من جانب الشباب وكبار السن على حدٍّ سواء. المشكلة ليست مشكلة جنوح الأحداث فحسب، بل هي تشمل بنياننا الاجتماعي برمَّته، ولا يوجد تصدٍّ لها ما دمنا، أنا وأنت، لا نخرج على المجتمع ككل، المجتمع بوصفه يمثل الطموح والقسوة وشهوة النجاح، والصبوة إلى التفوُّق وتبوُّؤ القمَّة. تلك السيرورة برمَّتها هي في الأساس من السعي الأناني في طلب الإنجاز، لكنها جُعِلَت محترمة.

-١٦-
أترانا نعبد المنافس القاتل، فنولِّد بذلك الغضب؟

لَكَم تتعبَّدون للرجل الناجح! لَكَم تغدقون الأوسمة على الرجل

الذي يقتل الناس بالآلاف! وهناك كلُّ تقسيمات المعتقدات والعقائد: المسيحية والهندوسية والبوذية والإسلامية. تلك هي الأمور التي تسبِّب النزاع. وعندما تسعون في التعامل مع جنوح الأحداث بمجرَّد إبقاء الأطفال في المنزل، أو تأديبهم، أو تجنيدهم في الجيش، أو اللجوء إلى سائر الحلول التي يقدِّمها كلُّ مَن هبَّ ودبَّ من الاختصاصيين النفسيين والمصلحين الاجتماعين، أنتم قطعاً تتعاملون تعاملاً سطحيّاً مع مسألة أساسية. لكننا خائفون من التصدي للأسئلة الأساسية لأننا بذلك نفقد شعبيَّتنا، وتُطلَق علينا تسمية شيوعيين أو يعلم الله ماذا بعد، ويبدو أن للُّصاقات في نظر أكثرنا أهمية خارقة. سواء أكانت المشكلة في روسيا، أم في الهند، أم هنا، فإن المشكلة هي نفسها في الأساس، وفقط عندما يفهم الذهن هذه البنية الاجتماعية برمَّتها سوف نجد نهجاً مختلفاً تماماً للمشكلة، وبذلك نؤسِّس ربما لسلام حقيقي، لا لسلام السياسيين الكاذب هذا.

٣

السأم والاهتمام

- ١ -
هل الأسباب صورة أخرى من الهرب؟

أن تصيرَ عاملاً اجتماعيّاً أو عاملاً سياسيّاً أو عاملاً دينيّاً – أهذا ما في الأمر؟ بما أنه ليس عندك أيُّ شيء آخر تفعله، تراك لذلك تصير مُصلحاً! إذا لم يكن عندك ما تفعل، إذا كنتَ سئماً، لِمَ لا تكون سئماً؟ لِمَ لا تكون ذلك؟ إذا كنتَ تشعر بالحزن، كن حزيناً. لا تحاول أن تفتش عن مخرج منه، لأن لكونك سئماً مغزًى هائلاً، شريطة أن تستطيع فهمَه والتعايش معه. إذا قلتَ: "أنا سَئِم، ولهذا سأفعل شيئاً آخر" فأنت تحاول أن تهرب من السأم ليس إلّا، وبما أن أكثرية نشاطاتنا مهارب فعلاً فأنت تتسبَّب في وقوع ضرر أكثر بكثير على الصعيد الاجتماعي وعلى سائر الأصعدة الأخرى. الأذى عندما تتهرَّب أعظم بكثير منه حين تكون على ما أنت عليه وتثبُت عليه. الصعوبة هي في كيفية ثباتك عليه وعدم فرارك. ولمّا

كانت غالبيةُ نشاطاتنا سيرورة تهرُّب، فمن الصعوبة عليك بمكان أن تكفَّ عن الهرب وتواجهه. لذا يسرُّني إن كنتَ سَئِماً حقّاً، فأقول: "نقطة انتهى! لنقف هناك، ولننظر إلى الأمر. لِمَ ينبغي لك أن تفعل شيئاً أصلاً؟"

-٢-

لماذا نحن سئمون؟

إذا كنتَ سَئِماً، فلِمَ أنت سَئِم؟ ما هو الشيء الذي يُدعى السأم؟ ما الذي يحُول دونك والاهتمام بأيِّ شيء؟ لا بدَّ أن ثمة عللاً وأسباباً جعلتك بليداً: الشقاء، المهارب، المعتقدات، النشاط المستمر... كلها جعلت الذهنَ بليداً والقلبَ متصلِّباً. لو أمكن لك أن تكتشف لماذا أنت سَئِم، وسببَ انعدام الاهتمام، لاستطعتَ إذّاك قطعاً أن تحلَّ المشكلة، أليس كذلك؟ لاشتغل عندئذ الاهتمام الذي استفاق. إذا لم تكن مهتمّاً بعلَّة سأمك، تراك لاً تقدر أن تجبر نفسك على الاهتمام بنشاط ما، أو بمجرَّد فعل عمل ما، كالسنجاب يواصل الدوران في قفص. أعلم أن هذا هو نوع النشاط الذي تنهمك فيه أكثريتُنا. لكن في وسعنا أن نكتشف داخليّاً ونفسيّاً لماذا نحن على هذه الحال من السأم التام. في وسعنا أن نرى لماذا أكثرنا على هذه الحال: لقد أرهقنا أنفسنا عاطفيّاً وذهنيّاً، وما أكثر الأشياء والأحاسيس والتسالي التي جرَّبناها! ما أكثر الاختبارات التي جرَّبناها حتى صرنا بليدين منهكين! ننضمُّ إلى جماعة، ونفعل

كلَّ ما يُطلَب منَّا، ثم نغادرها، ثم ننتقل إلى شيء آخر ونجرِّبه. وإذا أخفقنا مع أحد المعالجين النفسيين، نلجأ إلى سواه أو نقصد الكاهن. وإذا أخفقنا هناك، نقصد معلِّماً آخر، وهكذا دواليك... نحن دوماً على هذا المنوال. هذه السيرورة المتواصلة من الشد والإفلات مرهقة فعلاً، أليست كذلك؟ إنها كجميع الأحاسيس سرعان ما تبلِّد الذهن.

-٣-
السأم قد يكون الإرهاق

لقد فعلنا ذلك، تقلَّبنا من إحساس إلى إحساس، ومن إثارة إلى إثارة، حتى بلغنا نقطةً بتنا فيها مرهَقين حقّاً. والآن، إذ تدرك ذلك، لا تواصل التقدُّم أكثر؛ خذ قسطاً من الراحة. اهدأ. دعِ الذهنَ يستجمع القوةَ من تلقاء ذاته. لا ترغمْه. فكما تتجدَّد التربةُ إبَّان فصل الشتاء، كذلك حين يُفسَح في المجال للذهن أن يهدأ فإنه يتجدَّد. لكن السماح للذهن أن يهدأ، وتركه يلبث راقداً يستريح بعد هذا كلِّه، أمر في غاية الصعوبة، إذ إن الذهن يريد أن ينشغل بفعل شيء ما طوال الوقت. حين تبلغ تلك النقطةَ التي تسمح لنفسك فيها حقّاً أن تكون كما أنت – سَئماً، قبيحاً، بشعاً، أو أيّاً ما كان الأمر – إذّاك تُتاح لك إمكانيةُ التعامل مع الأمر.

ماذا يحدث حين تقبل شيئاً ما، حين تقبل ما أنت عليه؟ حين تقبل أنكَ ما أنت عليه، أين المشكلة؟ ثمة مشكلة فقط حين لا نقبل

شيئاً ما كما هو، فنتمنّى تحويله: الأمر الذي لا يعني أنني أنادي بالقناعة، بل العكس. إذ قبلنا ما نحن عليه، إذّاك نرى أن الشيء الذي كنَّا نَرهَبه، الشيء الذي كنَّا ندعوه سأماً، الشيء الذي كنَّا ندعوه يأساً، الشيء الذي كنَّا ندعوه خوفاً، قد حدث فيه تغيُّر تام. ثمة تحوُّل تام للشيء الذي كنَّا نخشاه.

-٤-
هل اهتمامنا بأمر ما قائم على الثواب وحده؟

ماذا تقصد بالاهتمام؟ لماذا يوجد هذا التبدُّل من الاهتمام إلى السأم؟ ماذا يعني الاهتمام؟ أنت مهتمٌّ بما يسرُّك ويرضيك، أليس كذلك؟ أليس الاهتمام سيرورة استحواذ؟ هل كنت لتهتمَّ فعلاً بأمر ما لو لم تستفد منه شيئاً؟ يستمرُّ الاهتمام ما دمت تستحوذ؛ الاستحواذ هو الاهتمام، أليس كذلك؟ ما فتئت تحاول أن تفوز بالرضا من كلِّ شيء كنت على تَماس معه. وبمجرَّد أن تستهلكه، تراك تسأمه بطبيعة الحال. كلُّ استحواذ هو نوع من السأم والإنهاك. نبتغي تبديل ألعابنا، فما إن نفقد اهتمامنا بواحدة، حتى نلتفت إلى أخرى، وهناك دوماً لعبة جديدة نلتفت إليها. نلتفت إلى شيء من أجل أن نستحوذ؛ ثمة استحواذ في اللذة والمعرفة والشهرة والنفوذ والكفاءة واتخاذ أُسرة، وهلم جراً. عندما لا يوجد المزيد لاكتسابه في دين معيَّن أو مخلِّص بعينه، نفقد الاهتمام ونتحوَّل إلى دين آخر. يستغرق بعضهم في النوم في منظَّمة ولا يستيقظون أبداً، وأولئك

الذين يستيقظون يخلدون إلى النوم من جديد بالانضمام إلى منظَّمة أخرى. هذه الحركة الاستحواذية تسمَّى توسيع الفكر والتقدُّم.

"هل الاهتمام استحواذ دوماً؟".

في الواقع، هل أنت مهتم بأيِّ شيء لا يمنحك شيئاً، سواء مسرحية، أو لعبة، أو محادثة، أو كتاباً، أو شخصاً؟ إذا لم تمنحْك اللوحة شيئاً، فإنك تنصرف عنها. إذا كان الشخص لا يحفزك أو يزعجك بطريقة أو بأخرى، وإذا خَلَتْ علاقةٌ معيَّنة من اللذة أو الألم، فستفقد اهتمامك ويصيبك السأم. ألم تلحظ هذا؟

"أجل، لكنني لم أنظر إلى الأمر على هذا النحو من قبل".

ما كنت لتأتي إلى هنا لو لم تكن تريد شيئاً. تريد أن تتحرَّر من السأم. وبما أنني لا أستطيع أن أمنحك هذه الحرية، سوف تشعر بالسأم من جديد. لكننا إذا استطعنا معاً أن نفهم سيرورة الاستحواذ والاهتمام والسأم، إذّاك ربما تكون هناك حرية. الحرية لا يمكن الاستحواذ عليها. إذا استحوذت عليها، فسرعان ما تسأمها. هل الاستحواذ يبلِّد الذهن؟ الاستحواذ، سواء أكان إيجابيّاً أم سلبيّاً، عبء. فما إن تستحوذ، حتى تفقد الاهتمام. في محاولتك الامتلاك تكون متيقظاً مهتمّاً. لكن الامتلاك سأم. قد تبتغي امتلاك المزيد لكن السعي في المزيد هو مجرَّد حركة باتجاه السأم. تراك تجرِّب صوراً متنوعة من الاستحواذ، وما دام هناك الجهد للاستحواذ، هناك اهتمام. لكن للاستحواذ نهاية دوماً، وفي النتيجة هناك دوماً سأم. أليس هذا ما حدث ويحدث؟

-٥-
التجدُّد يكمن بين الأفكار

تكمن الصعوبة في إبقاء الذهن ساكناً، إذ إن الذهن دوماً قلق ويفتش عن شيء ما، مستحوِذاً أو نافياً، باحثاً وواجداً. الذهن لا يسكن أبداً؛ إنه في حركة مستمرة. الماضي إذ يخيِّم على الحاضر يصنع مستقبله. إنها حركة في الزمن، ولا يكاد يوجد البتة فاصل زمني بين الأفكار. الفكرة الواحدة تتبع أختها دون توقف. لا ينفك الذهن يشحذ ذاته، ثم ينهك ذاته. إذا شُحِذَ قلمُ الرصاص طوال الوقت، فسرعان ما لا يبقى منه شيء قريباً؛ بالمثل، يستخدم الذهن ذاته باستمرار فيُرهَق. الذهن خائف دوماً من بلوغ نهايته. لكن الحياة إنهاء من يوم إلى آخر؛ إنه الموت عن جميع المكتسبات والذاكرات والخبرات، وعن الماضي.

٤

الإشفاق على الذات، الأسى، الشقاء

-١-
ما هو الأسى؟

ما انفك الإنسان يحاول التغلُّب على الأسى بطُرُق كثيرة جدّاً - العبادة، الهرب، الشراب، التسلية - لكنه يظل موجوداً. ينبغي لك أن تفهم الأسى، لأنك بذلك ستفهم أيَّ شيء آخر. لا تُنكرْه، ولا تقمعْه، ولا تحاول التغلُّب عليه، بل افهمْه وانظر إلى ماهيَّته. ما هو الأسى؟ أتُراك تدري ما الأسى؟

-٢-
الأسى هو الوحشة

ينتابك أسى عندما تفقد شخصاً تظنُّك تحبُّه. ينتابك أسى عندما لا تستطيع أن تنجز أمراً إنجازاً كليّاً تامّاً. ينتابك أسى عند حرمانك

فرصة أو كفاءة. ينتابك أسى عندما تبتغي الإشباع ولا سبيل إلى الإشباع. ينتابك أسى عندما يجابهك خواؤك المطلق ووحشتك المضنية... والشعور بالأسى مثقل بالإشفاق على الذات. هل تدري ما "الإشفاق على الذات"؟

-٣-
الإشفاق على الذات من عوامل الأسى

ينتابك الإشفاق على الذات عندما تشتكي من نفسك، عن غير وعي منك أو وعي، وعندما تشفق على نفسك، وعندما تقول: "ليس في وسعي فعل أيِّ شيء ضد البيئة التي أعيش فيها، من موقعي حيث أنا"، وعندما تَصِمُ نفسك بالآفة وتندب نصيبك. وهكذا يوجد الأسى.

ليفهم المرء الأسى، يجب عليه أولاً أن يعي هذا الإشفاق على الذات. فهو أحد عوامل الأسى. عندما يموت شخص ما، تجد نفسك وحدك، فتعي مقدار الوحشة التي تعيش فيها. أو إذا مات شخص ما، تجدك متروكاً بلا أيِّ مال، فتفتقد الأمان. لقد عشتَ متّكلاً على الآخرين، فتبدأ الشكوى والشعور بالإشفاق على ذاتك. هذه حقيقة واقعة، مثل حقيقة أنك مستوحش؛ ذاك هو "الموجود". انظر إلى الإشفاق على الذات، لا تحاول التغلُّب عليه، ولا تنكرْه أو تقل: "ماذا عليَّ أن أفعل حياله؟". الواقعة هي: هناك إشفاق على الذات. الواقعة هي: أنت مستوحش. فهل يمكن

لك النظر إليه دون أيِّ مقارنة بين الأمان الخارق الذي كنت تنعم به أمس، عندما كان عندك ذلك المال أو ذلك الشخص أو تلك الكفاءة... أيّاً ما كانت؟ انظر إليه فحسب؛ إذّاك سترى أن الإشفاق على الذات لا مكان له بتاتاً.

-٤-

الأسى من الوحشة

أحد عوامل الأسى هو الوحشة الخارقة التي يعانيها الإنسان. قد يكون لديك أصحاب، أو آلهة، أو قد تصيب نصيباً عظيماً من المعرفة، وقد تكون ناشطاً اجتماعيّاً على نحو غير عادي... مع ذلك تظل هذه الوحشة ماثلة. لذا يفتش الإنسان عن مغزى في الحياة ويخترع مغزى ومعنى. لكن الوحشة تظل ماثلة. فهل يمكنك أن تنظر إليها دون أيِّ مقارنة، مكتفياً بالنظر إليها كما هي دون أن تحاول الفرار منها، أو تحاول التستُّر عليها أو التهرُّب منها؟ إذّاك سترى أن الوحشة تصبح شيئاً مختلفاً تماماً.

-٥-

الوحشة هي الأسى، الوقوف بمفردك هو الحرية

على المرء أن يكون وحده. نحن لسنا وحدنا. نحن نتاج ما لا يُحصى من المؤثرات والإشراطات والموروثات النفسية

والدعاية والثقافة. لسنا وحدنا، وبذلك نحن بشر مستعمَلون. عندما يكون المرء وحده وبمفرده كليّاً، غير منتمٍ إلى أيِّ عائلة، مع أنه قد تكون لديه أُسرة، وغير منتمٍ إلى أيِّ أمَّةٍ ولا ثقافة، وغير ملتزمٍ أيَّ التزام معيَّن، يُلِمُّ به شعور بأنَّه دخيل-مغترب عن جميع أنماط الفكر والعمل والأسرة والأمَّة. ووحده المرء الذي يكون بمفرده تماماً هو الذي يكون بريئاً. هذه البراءة هي التي تحرِّر الذهن من الأسى.

-٦-

هل تلك الدموع من أجلك أم من أجل الميت؟

هل تعاني الأسى قويّاً وملحّاً قوةَ وإلحاحَ معاناتك ألماً في الأسنان؟ عندما يؤلمك سن، تراك تتصرف وتذهب إلى طبيب الأسنان. ولكن عندما ينتابك أسى تتهرَّب منه عبر التفسير والمعتقد والشراب، وهلم جراً. أنت تتصرف، لكن فعلك ليس الفعل الذي يحرِّر الذهن من الأسى، أليس كذلك؟

"لا أدري ما أفعل، ولذلك السبب أنا هنا".

قبل أن يكون بمقدورك أن تدري ما ينبغي لك أن تفعل، ألا يجب عليك أن تعرف ما هو الأسى فعليّاً؟ أليس ما شكَّلتَه مجرَّد فكرة وحُكم على ماهية الأسى؟ قطعاً الفرار والتقييم والخوف تمنعك من اختباره مباشرة. عندما تعاني ألماً في الأسنان، تراك لا تشكِّل أفكاراً وآراء حوله؛ أنت تعانيه وحسب وتتصرَّف. ولكن في

حالتك لا يوجد أيُّ عمل، أكان آنيّاً أم مؤجَّلاً، لأنك لا تعاني حقّاً. لتشقى وتفهم الشقاء، يجب عليك أن تنظر إليه وألا تتهرَّب منه.

"لقد ارتحل أبي إلى غير رجعة، ولذلك أشقى. فما الذي يجب عليَّ أن أفعله لأتخطَّى متناول الشقاء؟".

نشقى لأننا لا نرى حقيقة الشقاء. الواقعة و"تذهُّننا" للواقعة أمران مختلفان تماماً، ويقود كلٌّ منهما إلى اتجاه مختلف. إذا أجزتَ لي السؤال: هل أنت مهتم بالواقعة، أو بالحقيقة الفعلية، أو بفكرة الشقاء فحسب؟

"أنت لا تجيب عن سؤالي، يا سيدي"، أَصرَّ. "ماذا يجب عليَّ أن أفعل؟".

-٧-

التحرُّر من سُمِّ الإشفاق على الذات

هل تبتغي الهرب من الشقاء أو التحرُّر منه؟ إذا كنت تبتغي الهرب فحسب، فإن ابتلاع حَبَّة، أو معتقد، أو تفسير، أو تسلية، قد "يساعد"، مع ما يترتَّب على ذلك من عواقب حتمية للإدمان والخوف وما إلى ذلك. أمَّا إذا كنت متشوقاً إلى التحرُّر من الأسى، يجب عليك أن تكفَّ عن الفرار وأن تعيه دون إصدار حكم ودون اختيار؛ يجب عليك أن ترصده وتتعرف إليه وتعرف جميع تشابكاته الوثيقة المعقدة. عند ذاك لن ترتعب منه، ولن يعود هناك سُمُّ الإشفاق على الذات. فهمك الأسى يحرِّرك منه. ولفهم

الأسى لا بدَّ من اختباره فعليّاً، وليس المجاز اللفظي للأسى.

-٨-
إذن، كيف أعيش أيامي؟

"هل لي أن أطرح سؤالاً واحداً فقط؟"، قاطع واحد من الآخرين. "بأيِّ طريقة ينبغي للمرء أن يعيش أيامه؟".

كأن المرء يعيش من أجل ذلك اليوم بعينه، ومن أجل تلك الساعة بعينها.

"كيف؟".

لو كانت لديك ساعة واحدة فقط تعيشها، فماذا كنت لتفعل؟

"لا أدري حقّاً"، أجاب بقلق شديد.

أما كنتَ لترتِّب ما هو ضروري خارجيّاً من أعمالك ووصيتك وإلى آخر ما هنالك؟ أما كنتَ لتدعو أُسرتك وأصدقاءك إلى اجتماع وتستغفرهم عما قد بدر منك من إساءات بحقِّهم، وتغفر لهم أيَّ إساءات قد بدرت منهم بحقك؟ أما كنتَ لتموت تماماً عن أمور الذهن والرغبات والعالم؟ فإنْ كان بالإمكان فعل هذا الأمر ساعة، فمن الممكن فعله إبَّان الأيام والسنين التي قد تكون متبقية.

"أيكون أمر كهذا ممكناً حقّاً، يا سيدي؟".

جرِّبْه وسوف تكتشف.

- ٩ -

فهم الشقاء

ما الفائدة من سؤالي هل ثمة سعادة وأنا أعاني؟ هل في وسعي فهم الشقاء؟ تلك هي مشكلتي، لا كيف أكون سعيداً. أنا سعيد عندما لا أعاني، لكنني لحظةَ أكون واعياً للأمر سعادتي ليست سعادة... لذا يجب عليَّ أن أفهم ماهية الشقاء. فهل بوسعي أن أفهم ماهية الشقاء عندما يفرُّ جزء من ذهني طلباً للسعادة، ومفتشاً عن مخرج من هذا البؤس؟ لذا، ألا ينبغي لي، لو أردت أن أفهم الشقاء، أن أكون واحداً معه تماماً، ألّا أنبذه ولا أبرِّره ولا أدينه ولا أقارنه، بل أكون معه بكلِّيتي وأفهمه؟

حقيقة ماهية السعادة تتجلَّى لي إذا كنت أعرف كيف أصغي. يجب أن أعرف كيف أصغي إلى الشقاء. فإذا أمكنني الإصغاء إلى الشقاء، بات بإمكاني الإصغاء إلى السعادة، لأن ذاك ما أنا عليه.

- ١٠ -

الشقاء هو الشقاء: دماغ الجميع وألمهم واحد

هل يختلف شقاؤك بوصفك فرداً عن شقائي، أو عن شقاء امرئ في آسيا أو أميركا أو روسيا؟ قد تتنوَّع الظروف أو الحوادث، لكن شقاء امرئ آخر في جوهره هو عينه شقائي وشقاؤك، أليس كذلك؟ الشقاء قطعاً هو الشقاء، لا شقاؤك أو شقائي. اللذة ليست

لذتك أو لذتي؛ إنها اللذة. عندما تكون جائعاً، الجوع ليس جوعك فحسب، بل هو جوع آسيا بأسرها أيضاً. عندما يقودك الطموح، وعندما تكون عديم الرحمة، قسوتك هي عينها القسوة التي تقود السياسي أو الرجل في السلطة، سواء أكان في آسيا أم أميركا أم روسيا.

كما ترى، ذاك ما نعترض عليه. لا نرى أننا جميعاً إنسانية واحدة وعالقون في نطاقات مختلفة في الحياة وفي مناحٍ مختلفة. عندما تحب أحدهم، الحب ليس حبَّك. إذا كان حبَّك، فإنه يصير استبدادياً استحواذيّاً غيوراً قلقاً متوحشاً. بالمثل، الشقاء هو الشقاء؛ إنه ليس شقاءك أو شقائي. أنا لا أجعل الأمر غير شخصيٍّ فحسب، ولا أجعله شيئاً مجرَّداً. عندما يشقى المرء هو يشقى. عندما يَعدَمُ المرءُ الطعام أو اللباس أو المأوى هو يشقى، سواء أكان يعيش في آسيا أم الغرب. الناس الذين يُقتَلون الآن أو يصابون بجراح – أكانوا فيتناميين أم أميركيين – يشقون. إن فهم هذا الشقاء – الذي ليس شقاءك أو شقائي، الذي ليس غير شخصيٍّ أو مجرداً، بل هو فعلي ونعاني منه جميعاً – يتطلَّب قدراً كبيراً من نفاذ البصيرة. وإنهاء هذا الشقاء سوف يؤدي بطبيعة الحال إلى السلام، ليس في الداخل فحسب بل في الخارج أيضاً.

٥

الغيرة، الاستئثار، الحسد

-١-
ظنُّنا أننا نمتلك إنساناً يجعلنا نشعر بأهميتنا

الغيرة إحدى وسائل التمسك بالرجل أو بالمرأة، أليست كذلك؟ كلَّما زاد شعورنا بالغيرة، ازداد الشعور بالتملُّك. امتلاك شيء ما يجعلنا سعيدين، وتسمية غرض ما - حتى كلب - مُلكنا الحصري تجعلنا نشعر بالدفء والراحة. حصرية الاستئثار تمنحنا الثقة واليقين بأنفسنا. امتلاكنا شيئاً ما يجعلنا مهمِّين؛ وهذه الأهمية هي التي نتشبَّث بها. إن ظنَّنا بأننا نمتلك، ليس قلم رصاص أو منزلاً، بل إنساناً، يجعلنا نختبر شعوراً غريباً بالقوة والرضا. الحسد ليس بسبب الآخر، ولكن بسبب القيمة أو الأهمية التي نسبغها على أنفسنا.

"لكنني لست مهمّاً، أنا لا أحد؛ زوجي هو كلُّ ما أملك. حتى أولادي لا يُعتَدُّ بهم".

عندنا جميعاً شيء واحد نتشبَّث به مع أنه يتخذ أشكالاً مختلفة. أنت تتشبَّثين بزوجك، وبعضهم الآخر يتشبَّث بأولاده، وبعضهم الثالث بمعتقد ما، لكن النيَّة هي هي. من دون الغرض الذي نتشبَّث به، نشعر بأننا ضائعون إلى حدٍّ ميؤوس منه، أليس كذلك؟ نحن خائفون من الشعور بأننا وحدنا تماماً. هذا الخوف هو الغيرة والكراهية والألم. لا يوجد فرق كبير بين الحسد والكراهية.

-٢-
الغيرة ليست حبّاً

"لكننا متحابّان".

فكيف يمكن لك أن تغاري؟ نحن لا نحب، وذاك هو الجزء المؤسف من الأمر. أنت تستعملين زوجك مثلما يستعملك هو الآخر ليكون كلٌّ منكما سعيداً، وعنده رفيق، ولا يشعر بالوحدة. قد لا تملكين الكثير، لكنْ لديك على الأقل شخصٌ ما تصحبينه. هذه الحاجة والاستعمال المتبادلان نسميهما حبّاً.

"لكن هذا مرعب".

إنه ليس مرعباً، لكننا لا ننظر إليه أبداً. نسمِّيه مرعباً ونطلق عليه اسماً، وسرعان ما نحوِّل نظرنا عنه، وهو ما تفعلينه.

"أعرف، لكنني لا أريد أن أنظر. أريد أن أستمرَّ كما أنا، مع أن هذا يعني الشعور بالغيرة، لأنني لا أطيق رؤية أيِّ شيء آخر في الحياة".

لو رأيتِ شيئاً آخر، فلن تعودي تشعرين بالغيرة على زوجك، أليس كذلك؟ لكنك سوف تتشبَّثين بالشيء الآخر كما تتشبَّثين الآن بزوجك، وبذلك سوف تغارين على ذاك أيضاً. تبتغين أن تجدي بديلاً عن زوجك، لا أن تتحرَّري من الغيرة. نحن جميعاً متشابهون في ذلك: قبل أن نتخلَّى عن أمر نريد أن نكون متأكدين للغاية من أمر آخر. تراك عندما تَعدَمين اليقين تماماً، عند ذاك فقط لا يوجد مكان للحسد. يوجد حسد عندما يوجد يقين، وعندما تشعرين بأن لديك شيئاً ما. الحصرية هي هذا الشعور باليقين. الامتلاك هو أن تكون حسوداً. المُلكية تولِّد الكراهية. نحن حقّاً نكره ما نمتلك، وهو ما يظهر في الغيرة. حيثما يوجد امتلاك مُحال أن يوجد حب. الامتلاك هو تدمير الحب.

-٣-
التعلُّق بالسمعة أو بالأشياء أو بشخص يسبِّب الألم

تقوم الثقافة الحالية على الحسد والاستئثار... يُسعى إلى النجاح بطُرُق شتى: نجاح المرء بوصفه فنَّاناً، أو رجلَ أعمال، أو صاحبَ دين. هذا كلُّه نوع من الحسد، لكنْ عندما يصير الحسد مُكرِباً مؤلماً فقط، يسعى المرء في التخلُّص منه. فما دام الحسد تعويضاً عن نقص وملذوذاً، فإنه جزء مقبول من طبيعة المرء. نحن لا نرى أنّ هناك ألماً في هذه اللّذة بالذات. فالتعلُّق بالفعل يمنح لذة لكنَّه يولِّد الغيرة والألم أيضاً، وهو ليس حبّاً. في مجال النشاط هذا،

يعيش المرء ويشقى ويموت. حصراً عندما يصبح ألم هذا الفعل المسوِّر للذات أمراً لا يُطاق، ترى المرء يصارع لاختراقه.

"أعتقد أنني ألتقط هذا كلَّه التقاطاً مبهماً، لكن ماذا ينبغي لي أفعل؟".

قبل النظر في ما ينبغي فعلُه، دعينا نرى ماهية المشكلة. ما المشكلة؟

"الغيرة تلوِّعني وأريد أن أتحرَّر منها".

أنت تريدين أن تتحرَّري من الألم الملازم لها لكن ألا تريدين التمسُّك باللذة إيَّاها الناجمة عن التملُّك والتعلُّق؟

"بالطبع، أريد. أوتتوقع منِّي أن أزهد في ممتلكاتي كلِّها؟".

لسنا معنيين بالزهد، بل بالرغبة في التملُّك. نريد أن نمتلك الناس وكذلك الأشياء، ونتشبَّث بالمعتقدات وكذلك بالآمال. فلماذا توجد هذه الرغبة في امتلاك الأشياء والناس وهذا التعلُّق المُحرِق؟

"لا أدري، لم أفكر في الأمر بتاتاً. يبدو من الطبيعي أن يكون المرء حسوداً لكنه أضحى سُمّاً وعاملاً مضنياً بعنف في حياتي".

قطعاً نحتاج إلى أشياء معيَّنة: الطعام، الثياب، المأوى، وما إليها، لكنها تُسخَّر للإشباع النفسي، الأمر الذي يؤدي إلى عدد من المشكلات الأخرى. بالطريقة نفسها، يولِّد الاتِّكال النفسي على الناس القلق والغيرة والخوف.

"أظنُّني بهذا المعنى متَّكلة فعلاً على أشخاص بعينهم. إنهم ضرورة قاهرة عندي. لولاهم، فسأجد نفسي ضائعة كليّاً. لو

لم يكن عندي زوجي وأولادي، لجُننتُ جنوناً بطيئاً، أو تعلَّقت بشخص آخر على ما أظن. لكنني لا أرى ما الخطأ في التعلُّق".

نحن لا نقول إنه صحيح أو خطأ، بل ننظر في علَّته ومعلوله، أليس كذلك؟ نحن لا ندين الاتِّكال أو نبرِّره. لكن لماذا يتَّكل المرء نفسيّاً على سواه؟

"أعرف أنني متَّكلة، لكنني لم أفكر قط في الأمر حقّاً. لقد اعتبرت أنه من المفروغ منه أن يتَّكل كلُّ امرئ على سواه".

- ٤ -
الاتِّكال الجسدي لا النفسي

بالطبع نحن متَّكلون جسديّاً بعضنا على بعض، وسوف نكون دوماً كذلك، وهو أمر طبيعي ولا مفرَّ منه. لكننا ما دمنا لا نفهم اتِّكالنا النفسي على سوانا، ألا تعتقدين أن الغيرة ستستمر؟ فلماذا، إذن، هناك حاجة نفسية إلى الآخر؟

"أحتاج إلى أفراد أسرتي لأنني أحبُّهم. فلو لم أكن أحبُّهم، ما اهتممت...".

أنت تريدين أن تستبقي لذة التعلُّق وتتركي الألم الناجم عنه يمضي. فهل هذا ممكن؟

"لِمَ لا؟".

التعلُّق يتضمَّن الخوف، أليس كذلك؟ أنت خائفة ممَّا أنتِ عليه، أو ممَّا سوف تكونين عليه في حال تركك الآخر أو مات،

وأنت متعلِّقة بسبب هذا الخوف. ما دمت منشغلة البال بلذة التعلُّق يبقى الخوف مستوراً وموصَداً دونه، لكنه لسوء الحظ دوماً ماثل. وإلى أن تتحرَّري من هذا الخوف، ستستمر عذابات الغيرة.

-٥-
ذروة الكومة

أتراك تدري ما هي الحياة؟ إنها تمتدُّ من لحظة ولادتك إلى مماتك، وربما في ما يتعدَّاها. الحياة كلٌّ شاسع معقَّد؛ إنها أشبه ببيت يحدث فيه كلُّ شيء دفعةً واحدة. أنت تحب وتكره. أنت جشع حسود، وفي الوقت نفسه، تشعر أنه لا ينبغي لك أن تكون كذلك. أنت طَموح، وهناك إمَّا إحباط وإمَّا نجاح، يتبع في أعقاب القلق والخوف والقسوة. وعاجلاً أم آجلاً يطرأ عليك شعورٌ بعبثية الأمر كلِّه. ثم هناك أهوال الحرب ووحشيَّتها، والسلام عن طريق الإرهاب. هناك القومية والسيادة التي تؤيِّد الحرب. هناك الموت في آخِر طريق الحياة أو أيِّ مكان على طوله. هناك البحث عن الله بمعتقداته المتنازعة والخلافات بين الأديان المنظَّمة. هناك الصراع للحصول على وظيفة والاحتفاظ بها. هناك الزواج والأولاد والمرض وهيمنة المجتمع والدولة. الحياة هي هذا كلُّه وأكثر منه بكثير، وأنت تجد نفسك مرميّاً في هذه الورطة. وأنت في الغالب تغرق فيها بائساً وضائعاً. وإذا اتفق

لك أن تنجو بالتسلُّق إلى أعلى الكومة، فأنت لا تزال جزءاً من الورطة. هذا ما نسمِّيه الحياة: صراع وأسى دائمان إلى الأبد مع نزر يسير من الفرح يُصادَف بين حين وآخر. من الذي سيعلِّمك بخصوص هذا كلِّه؟ أو بالأصح: كيف ستتعلَّم بخصوصه؟ حتى لو أوتيت القدرة والموهبة، فأنت مقيَّد بالطموح وبالرغبة في الشهرة وبالإحباطات وصنوف الأسى. هذه كلُّها هي الحياة، أليس كذلك؟ وتجاوُز هذا كلِّه هو الحياة أيضاً.

-٦-

الإطار الفاسد

هذا جلُّ ما في الأمر. كلُّ واحد يقول إنه يجب أن يشقَّ طريقه عبر الحياة. كلُّ واحد يكافح في سبيله، سواء باسم البزنس أو الدين أو الوطن. تراك تريد أن تصبح مشهوراً، وكذلك يفعل جارك، وكذلك يفعل جاره: الأمر ينطبق على الجميع، من الأعلى إلى الأدنى في الرتل. هكذا، نبني مجتمعاً قائماً على الطموح والحسد والاستئثار، ويكون فيه كلُّ امرئ عدوّاً لآخر، وأنت "تتعلَّم" لتتطابق مع هذا المجتمع المتفسخ ولتنخرط ضمن إطاره الفاسد.

"لكن ماذا ينبغي لنا أن نفعل؟"، سأل الثاني، "يبدو لي أننا إمَّا أن نلتزم المجتمع وإمَّا أن نهلك. فهل هناك أيُّ طريق للإفلات منه، يا سيدي؟".

أنتم حاليّاً تتعلَّمون زعماً لكي تنخرطوا ضمن هذا المجتمع. قدراتكم تُطوَّر لتتمكنوا من الارتزاق ضمن القالب. أهلكم، مربُّوكم، حكومتكم، جميعهم مهتمون بكفاءتكم وأمانكم المالي، أليس كذلك؟

أجل، إنهم يريدونكم أن تكونوا "مواطنين صالحين"، الأمر الذي يعني أن تكونوا طَموحين محترمين، مستأثرين إلى الأبد، منخرطين في تلك الضراوة المقبولة اجتماعيّاً التي تسمَّى المنافسة، كي تكون ويكونوا آمِنين. هذه مقوِّمات ما يسمَّى المواطن الصالح. ولكن هل هذا أمر طيب أو شرير للغاية؟ ألا يفترض الحب أن يُترَك أولئك المحبوبون أحراراً كليّاً ليحققوا ملء نموِّهم، وليكونوا شيئاً أعظم من مجرَّد آلات اجتماعية؟ الحب لا يُرغِم صراحةً أو عن طريق التهديد الحاذق للواجبات والمسؤوليات.

-٧-

هل الواجب هو الحب؟

ما يدعوه الآباء واجباً ليس بالحب، بل هو حال من الإكراه. والمجتمع سوف يدعم الآباء لأن ما يفعلونه محترم للغاية... تراهم يرون أنه من الضروري له أن يتطابق مع المجتمع وأن يكون محترماً وآمِناً. وهذا يسمَّى الحب. ولكن هل هو الحب، أو الخوف مموَّهاً بكلمة "حب"؟

-٨-

الطموح هو الحسد والانقسام والحرب

يقول كبار السن إنكم - الجيل المقبل - يجب أن تخلقوا عالماً مختلفاً، لكنهم لا يعنون ما يقولون على الإطلاق. فهم بالعكس يدأبون بكلِّ تصميم وعناية على "تعليمكم" لتتطابقوا مع النمط القديم، مع شيء من التعديل. فرغم أن المدرِّسين وأولياء الأمور يتكلَّمون كلاماً مختلفاً جدّاً، فإنهم مؤيَّدين بالحكومة وبالمجتمع عموماً يحرصون على ترويضكم على التطابق مع الموروث، وتقبُّل الطموح والحسد بوصفهما طريقة طبيعية للحياة. إنهم لا يبالون مطلقاً بطريقة حياة جديدة، ولذلك المربي ذاته لا يُربَّى بحق. لقد استحدث الجيل الأقدم عالم الحرب هذا، عالم العداوة والانقسام بين الإنسان والإنسان، والجيل الجديد يثابر متابعاً على خطاه.

"لكننا نريد أن نتعلَّم على الوجه السليم، يا سيدي. فماذا عسانا نفعل؟".

أولاً، قبل كلِّ شيء، عايِنْ بوضوح واقعة واحدة بسيطة، ألا وهي: لا الحكومة، ولا مدرِّسوك الحاليون، ولا والداك، مهتمون بتعليمك بحق. فلو كانوا مهتمين، لَكان العالم مختلفاً كلَّ الاختلاف، وما نشبت حروب. لذا، إن كنت تريد أن تكون متعلِّماً بحق، فعليك أن تشرع في الأمر بنفسك، وعندما تبلغ رشدك، ستحرص على أن يكون أولادك متعلِّمين بحق.

"لكن كيف يمكننا أن نعلِّم أنفسنا بحق؟ نحن بحاجة إلى أحدهم ليعلِّمنا".

عندكم مدرِّسون لتدريسكم الرياضيات والأدب وما إليها. لكن التربية أمر أعمق وأوسع من مجرَّد جمع المعلومات. التعليم هو تثقيف الذهن كي لا يكون العمل متمحوراً على الذات. إنه التعلُّم طوال الحياة لتقويض الجدران التي يرفعها الذهن كي يكون آمناً والتي ينشأ منها الخوف بكلِّ تعقيداته. لكي تكون متعلِّماً بحق، عليك أن تدرس بجدٍّ وألا تكون كسولاً. أتقِن الألعاب لا لتهزم سواك بل لتتسلَّى. كُلِ الطعام السليم وحافظ على لياقة بدنك. دَعِ الذهن متيقظاً وقادراً على التعامل مع مشكلات الحياة، ليس بوصفك هنديّاً أو شيوعيّاً أو مسيحيّاً، بل بوصفك إنساناً. لكي تكون متعلِّماً بحق، عليك أن تفهم نفسك، وأن تواصل التعلُّم عن ذاتك. عندما تكفُّ عن التعلُّم، تصير الحياة قبيحة وكئيبة. من دون الطيبة والحب، لست متعلِّماً بحق.

٦

الرغبة والشوق

-١-

الألم في الرغبة هو الخوف من الإحباط

الرغبة عند أكثرنا مشكلة عويصة: الرغبة في المُلكية، في المنصب، في النفوذ، في الراحة، في الخلود، في الاستمرار، الرغبة في أن تُحَبَّ، في الحصول على شيء ثابت مُشبِع دائم، شيء أبعد من الزمن. الآن ما هي الرغبة؟ ما هو هذا الشيء الذي يحثنا ويقهرنا؟ وهذا لا يعني أننا يجب أن نقنع بما عندنا أو بما نحن عليه، وهو مجرَّد عكس ما نبتغي. نحن نحاول أن نتبيَّن ماهية الرغبة، وإذا أمكننا أن نتوغل فيها وَجِلين متردِّدين، أحسب أننا سنحقق تحولاً وليس مجرد استبدال موضوع رغبة آخر بموضوع الرغبة الحالي. لكن هذا عموماً ما نعنيه بـ"التغيير"، أليس كذلك؟ عندما لا يُشبِعنا موضوعُ رغبةٍ بعينه، نجد بديلاً عنه. ترانا نتنقَّل حتى أَجَل غير مسمًّى من موضوع رغبة إلى آخر نراه أسمى وأنبل وأرفع... لكن

الرغبة ما زالت الرغبة، مهما كانت رفيعة، وفي حركة الرغبة هذه ثمة صراع لا نهاية له، نزاع الأضداد.

لذا، أليس من المهم اكتشاف ماهية الرغبة وهل بالإمكان تحويلها... وهل في وسعي حلُّ مركز الرغبة هذا؟ ليس رغبة واحدة معيَّنة، شهوة أو ولعاً بعينه، بل بنية الرغبة أو الشوق أو الأمل برمَّتها، التي يوجد فيها دوماً خوف من الإحباط؟ كلَّما شعرت بالإحباط، نفثتُ في "الأنا" قوةً أكبر. وما دام هناك أمل وشوق، توجد دوماً خلفية الخوف التي بدورها تقوِّي هذا المركز...

في ما يتعدَّى الحاجات المادية، يصير أيُّ نوع من الرغبة – في العظمة، في الحقيقة، في الفضيلة – سيروة نفسية يبني بها الذهنُ فكرة "الأنا"، ويقوِّي ذاته من المركز.

– ٢ –
تتبَّعْ حركة الرغبة

المقصود بالرغبة باعث على إشباع شهوات من مختلف الصنوف يلحُّ على الفعل: الشوق إلى الجنس، أو صيرورتك رجلاً عظيماً، أو الرغبة في امتلاك سيارة...

فما هي الرغبة؟ ترى منزلاً جميلاً أو سيارة فارهة أو رجلاً ذا نفوذ أو صاحب منصب، فتتمنى أن تمتلك هذا المنزل أو تكون ذاك الرجل صاحب المنصب أو تقود سيارتك وسط التصفيق. فكيف تنشأ هذه الرغبة؟ هناك أولاً الإدراك البصري: رؤية المنزل.

"أنت" تأتي في ما بعد بكثير. رؤية المنزل، أي الانجذاب البصري، الانجذاب إلى خطوط السيارة وجمالها ولونها، ثم ذلك الإدراك.

تتَّبعْ هذا، رجاءً. أنت تفعل ذلك لا أنا. أنا أعطي كلمات وأشرح، لكنك مَن تفعل. نحن نتشارك الأمر معاً. أنت لا تستمع فقط لما يقوله المتكلِّم، ولذا أنت ترصد حركة فكرك بوصفها رغبة. لا يوجد فصل بين الفكر والرؤية؛ إنهما حركة واحدة. بين الفكر والرغبة ليس ثمة شيء منفصل، الأمر الذي سنتوغل فيه حالاً.

-٣-
نشوء الرغبة

إذاً، هناك الرؤية والإدراك الذي يخلق الإحساس، ويليه اللمس ثم الرغبة – الرغبة في الامتلاك – في إضفاء استمرارية على ذلك الإحساس. هذا من أبسط ما يكون. أرى امرأة جميلة أو رجلاً وسيماً. ثم هناك لذة الرؤية، واللذة تتطلَّب الاستمرار. ثم أفكر؛ هناك فكر يتولَّد منها. وكلَّما أمعن الفكرُ تفكيراً في تلك اللذة، استمرت تلك اللذة أو ذلك الألم أكثر. بعد ذلك، حيث توجد تلك الاستمرارية، يأتي "أنا": أريد، لا أريد. هذا ما نفعله جميعاً طوال اليوم أكنَّا نياماً أم أيقاظاً.

بذلك، يرى المرء كيف تنشأ الرغبة. الإدراك والتماس والإحساس ثم إضفاء استمرارية على ذلك الإحساس، واستمرارية الإحساس، تلك هي الرغبة. ليس ثمة ما هو غامض بخصوص

الرغبة. لكن الرغبة لا تلبث أن تصير معقدة للغاية عندما يوجد تناقض، لا في الرغبة بالذات، بل في الموضوع الذي سوف تُشبَع بواسطته. صح؟ أريد أن أكون رجلاً ثرياً جدّاً، أي أن رغبتي تقول إنني يجب أن أكون ثريّاً جدّاً لأنني أرى أناساً أصحاب ممتلكات وسيارة... إلى آخر ما هنالك. الرغبة تقول: "لا بدَّ لي من ذلك، لا بدَّ لي من الإشباع".

– ٤ –
الرغبة يجب أن تُفهَم لا أن تُخنق

تريد الرغبة إشباع ذاتها في كلِّ اتجاه. موضوعات الإشباع جذَّابة للغاية لكن كلَّ موضوع يناقض الآخر.

بذلك، نعيش ونمتثل ونعارك ونُشبِع ونُحبَط. تلك هي حياتنا. وللعثور على الله، يقول مَن يُسمَّون متدينين (القديسين، البابوات، الرهبان، الراهبات، جماعة الخدمة الاجتماعية، مَن يُسمَّون متدينين)، يقولون: "يجب أن تقمع، يجب أن تتسامى، يجب أن تتماهى مع الله لكي تختفي الرغبة. عندما ترى امرأة، أَدِرْ لها ظهرك، لا تكن حساساً لأيِّ شيء، للحياة، لا تسمع الموسيقا، لا تنظر إلى شجرة، وفوق كلِّ شيء لا تعاشر امرأة!"، فتلك هي حياة المرء الوضيع عبد المجتمع!

دون فهم الرغبة – فهمها لا قمعها – لن يتحرَّر الإنسان أبداً من الامتثال أو الخوف. أتدري ماذا يحدث عند قمع شيء ما؟ يتبلَّد

قلبُك! هل رأيت السنِّياسي[1]، الرهبان، الراهبات، الأشخاص الذين يتهرَّبون من الحياة؟ كم هم باردون، كم هم قساة فاضلون وَرِعون، إذ يلتزمون انضباطاً مُحكَماً! يتكلَّمون بلا توقف عن المحبة، وفي باطنهم فائرون، ورغباتهم لم تُشبَع أو لم تُفهم أبداً. إنهم كائنات ميتة في عباءة الفضيلة!

ما نقوله شيء مختلف تماماً... على المرء أن يتبيَّن الأمر، أن يتعلَّم بخصوص الرغبة، أن يتعلَّم، وليس ما يجب أن يفعله حيالها، ليس كيفية خنقها.

-٥-

تحدث الرغبة بالفهم لكنها لا تتخذ جذوراً

الرغبة تختلق تناقضاً، والذهن المتصف بشيء من التيقُّظ لا يستحب العيش في تناقض، ولذا يحاول أن يتخلَّص من الرغبة. لكن إذا استطاع الذهن أن يفهم الرغبة من غير أن يحاول كَنْسها، ومن غير أن يقول: "هذه رغبة أفضل وتلك أسوأ، سوف أحتفظ بهذه وأطرح الأخرى"، إذا استطاع أن يدرك مجال الرغبة بأسره دون نبذ أو اختيار أو إدانة، فسترى أن الذهن أصبح هادئاً للغاية. تأتي الرغبات لكنها لا تعود تترك وَقْعاً ولا تعود عظيمة المغزى ولا تتجذر في الذهن وتختلق المشكلات. الذهن يتفاعل، وإلا فهو

[1] سنِّياسي *sanniyasi*: كلمة سنسكريتية تدل على مَن نذر الزهد في الحياة والعيش بلا رغبات أو تعلُّقات مادية. (المترجم)

ليس حياً، لكن ردَّ الفعل يكون سطحيّاً ولا يتجذَّر. لذلك السبب من المهم أن نفهم سيرورة الرغبة التي يعلق فيها أكثرنا بأكملها.

-٦-
هل في وسعنا أن نَخبَر الرغبة دون الاضطرار إلى العمل بها؟

لكن الرغبة، في نظر أكثرنا، تعني الانغماس في الملذات والتعبير عن الذات: أرغب في ذلك فيجب أن أحصل عليه. سواء أكان ذلك شخصاً جميلاً، أم منزلاً، أم فكرة، يجب أن أحصل عليه. لماذا؟ لماذا يظهر "يجب" إلى حيِّز الوجود؟ لماذا تقول الرغبة: "يجب أن أحصل على ذلك"، ما يولِّد العذاب والدافع والباعث ومتطلَّبات الحياة القهرية؟ إن سبب وجود هذا الإصرار على التعبير عن الذات، وهو نوع من الرغبة، بسيط وواضح نوعاً ما. ففي التعبير عن الذات، في سيرورتك شخصاً مرموقاً، ثمة ابتهاج عظيم لأنك تنال الاعتراف بك. يقول الناس: "بحق الإله، هل تعرف مَن هو؟"... وسائر ذلك الهراء. قد تقول إنه ليس محض الرغبة، وإنه ليس محض اللذة، لأن ثمة شيئاً ما من وراء الرغبة أقوى بكثير حتى. لكنك لا تقدر أن تصل إلى ذلك دون فهم اللذة والرغبة. إن السيرورة الفعالة للرغبة واللذة هي ما ندعوه العمل. أريد شيئاً، فأعمل، وأعمل، وأعمل للحصول عليه. أبتغي أن أكون كاتباً أو رساماً مشهوراً، فأفعل كلَّ ما يخطر على بالي كي أصير مشهوراً.

عموماً أهوي على جانب الطريق دون أن يتاح لي نوالُ اعتراف العالم، ولذا أشعر بالإحباط، وأتلوّع عذاباً، ومن ثم أصير متهكماً، أو أتظاهر بالتواضع، فيبدأ سائر هذا الهراء.

-٧-
لماذا نحن بكلّ هذا الامتلاء بالشوق؟

بذلك، نسأل أنفسنا: لماذا يوجد هذا الإصرار على إشباع الرغبة؟ إن كنت تريد معطفاً أو بدلة أو قميصاً أو ربطة عنق أو زوجَي حذاء، تراك تحصل عليه. هذا شيء. لكن وراء هذا الدافع الملحِّ إلى إشباع الذات هناك قطعاً شعور بنقصان الأهلية التام وشعور بالوحشة. لا أطيق العيش بمفردي، ولا أطيق أن أكون وحدي، لأنني بذاتي ناقص. أنت تعرف أكثر ممَّا أعرف، أنت أجمل، وتفوقني ثقافة، وأذكى، أنت تفوقني في هذا وتفوقني في ذاك، وأريد أن أحوز تلك الأمور وأكثر. لماذا؟ لا أدري هل طرحتَ على نفسك هذا السؤال من قبل. إن كنت طرحتَه، وإن لم يكن الأمر في نظرك مجرَّد سؤال نظري ذكي، فستجد الإجابة...

أريد أن أعرف لماذا يتحرَّق المرء إلى أمور كثيرة أو أمر واحد. يبتغي المرء أن يكون سعيداً، وأن يجد الله، وأن يكون ثريّاً أو مشهوراً أو مكتملاً أو منعتقاً، أيّاً ما كان معنى ذلك. تراك تعلم جميع الأمور التي يتحرَّق المرء إليها تحرُّقاً متفاقماً. يود المرء أن يعقد زواجاً مثاليّاً، وعلاقة كاملة مع الله، وهلم جراً. لماذا؟ بادئ

ذي بدء، يدلُّ هذا على مقدار ضحالة الذهن، أليس كذلك؟ أولا يدل أيضاً على شعورنا بالوحشة والخواء؟

-٨-
الرغبة بحدِّ ذاتها ليست هي المشكلة: ما نفعله حيالها فقط

دعنا نواصل النظر في الرغبة. ألم نَخبَر الرغبة التي تتناقض مع نفسها، والتي تتلوَّع متقلبةً في اتجاهات مختلفة. لقد خَبِرنا ألم الرغبة وهيجانها وقلقها، وكذلك الانضباط والسيطرة. وفي العراك معها، ترانا نشوِّهها حتى لا تبقى لها ملامح نتعرَّف إليها، لكنها تلبث حاضرةً لا تنفك تراقب وتنتظر وتضغط. افعلْ ما تشاء، صعِّدْها، تهرَّبْ منها، انفِها أو اقبلْها، أَطلِق لها العنان... إنها موجودة دوماً. ونحن نعلم كيف قال فقهاء الدِين وغيرهم إننا يجب أن نكون عديمي الرغبة، وأن ننمِّي الزهد، وأن نتحرَّر من الرغبة... هذا أمر في منتهى السخف، لأن الرغبة يجب أن تُفهَم لا أن تدمَّر. إن دمَّرتَ الرغبة، فقد تدمِّر الحياة نفسها. إن أفسدتَ الرغبة وشكَّلتَها وضبطتَها وسيطرتَ عليها وقمعتَها، فأنت تدمِّر ربما شيئاً خارق الجمال.

٧

تقدير الذات: النجاح والفشل

-١-
تقدير الذات

ترانا جميعاً نضع أنفسنا على مختلف المستويات، ونحن لا ننفك نسقط من هذه الأعالي. والسقطات هي التي نخجل منها. تقدير الذات هو سبب خجلنا وسقوطنا. تقدير الذات هذا هو الذي يجب فهمُه لا السقوط. لو لم تكن هناك قاعدة تمثال نَصَبتَ ذاتك عليها، فكيف يمكن لأيٍّ سقوط أن يحدث؟

-٢-
أنت ما أنت عليه

لماذا نَصَبتَ ذاتك تمثالاً على قاعدة تُدعى تقدير الذات

والكرامة الإنسانية والمثل الأعلى، وهلم جراً؟ إن أمكن لك أن تفهم ذلك، فلن تعاني خجلاً من الماضي، وسيكون قد مضى تماماً. سوف تكون ما أنت عليه من دون قاعدة التمثال. إن لم تكن القاعدة موجودة – العلو الذي يجعلك تتعالى أو تتطلَّع إلى الأعلى –، فأنت تكون ما لم تنفك تتجنَّبه. هذا التجنُّب لما هو "موجود"، لما أنت عليه، هو الذي يسبِّب البلبلة والعداء والخجل والاستياء. لا يتعيَّن عليك أن تخبرني أو تخبر سواي بما أنت عليه، بل أن تعي ما أنت عليه، أيّاً ما كان، سواء لطيفاً أو كريهاً، تعايشْ معه دون تبريره أو مقاومته. تعايشْ معه دون تسميته، إذ إن التسمية بالذات تتضمَّن إدانةً أو تماهياً. تعايشْ معه دون خوف لأن الخوف يمنع التواصل.

-٣-
الطموح يشوِّش الوضوح

سائل: سيدي، ما هي وظيفة الفكر في الحياة اليومية؟

كريشنامورتي: وظيفة التفكير هي أن يكون المرء عاقلاً، أن يفكر بوضوح وبموضوعية وبفعالية وبدقة، وأنت لا تستطيع أن تفكر بدقة ووضوح وكفاءة إذا كنت مكبَّلاً بغرورك الشخصي وبنجاحك وبإنجازك.

-٤-

الطموح هو الخوف

ما الذي فعله الطموح بالعالم؟ قلّة قليلة جدّاً فكرت في ذلك يوماً. عندما يصارع أحدهم ليتفوق على سواه، وعندما يحاول الجميع أن ينجزوا وأن يفوزوا، هل سبق لك يوماً أن فحصت عمَّا يعتمل في قلوبهم؟ إذا ما أقدمت على النظر إلى قلبك ورأيت فحواه عندما تكون طموحاً، وعندما تصارع من أجل أن تكون شخصاً مرموقاً، روحانيّاً أو دنيويّاً، سوف تجد أن فيه دودة خوف. الرجل الطَّموح هو الأشد خوفاً لأنه يخشى أن يكون ما هو عليه، لأنه يقول: "إذا بقيت على ما أنا عليه، فسأكون نكرة. لذا يجب أن أكون شخصاً مرموقاً، يجب أن أصير المهندس، سائق القاطرة، القاضي، الحاكم، الوزير".

-٥-

هل الاهتمام هو عينه الطموح؟

سائل: إذا كان لدى أحدهم طموح إلى أن يكون مهندساً، أفلا يعني هذا أنه مهتم بالأمر؟

كريشنامورتي: هل تقول إن الاهتمام بأمرٍ ما هو طموح؟ في وسعنا أن نضفي على كلمة "طموح" أيَّ معنى. الطموح، كما نعرفه عموماً، هو حاصل الخوف. الآن، إذا كنتُ مهتمّاً وأنا صبي

بأن أصبح مهندساً لأنني أحب الهندسة، ولأنني أريد بناء مساكن جميلة، ولأنني أريد إنجاز أفضل نظام ريٍّ في العالم، ولأنني أريد شق أفضل الطرق، فهذا يعني أنني أحب الأمر. لذا إن ذلك ليس طُموحاً. وفي ذلك، لا يوجد خوف.

ومنه، إن الطموح والاهتمام أمران مختلفان، أليس كذلك؟ أنا مهتم بالرسم وأحبُّه ولا أريد التنافس مع أفضل رسام أو مع رسام شهير، بل أحب الرسم فحسب. قد تكون أفضل مني في الرسم، لكنني لا أقارن نفسي بك. أحب ما أفعله حين أرسم؛ هذا بحدٍّ ذاته يكفيني.

-٦-
افعلْ ما تحب

لذا، أليس من المهم للغاية وأنت في ريعان الشباب أن يساعدك وجودُك في مكان كهذا[١] على إيقاظ فطنتك كي تجد دعوتك المهنية من تلقاء نفسك؟ إذّاك، إذا وجدتَها وكان الأمر حقيقيّاً، فسوف تحبُّها طوال حياتك. في ذلك، لن يكون ثمة طموح ولا تسابُق ولا صراع ولا تقاتُل على المنصب أو المكانة، ولعلَّك بعدئذ سوف تكون قادراً على خلق عالم جديد. إذّاك، في ذلك العالَم، لن تكون كلُّ الأشياء البشعة من الجيل القديم

١ المكان المقصود هو إحدى المدارس التي أنشأها كريشنامورتي لوضع مبادئه الثورية في التربية موضع التطبيق. (المترجم)

موجودة: حروبهم، شرورهم، آلهتهم المتناحرة، عاداتهم التي لا تعني شيئاً بتاتاً، حكوماتهم، عنفهم. في مكان من هذا النوع، تكون مسؤولية المدرِّس ومسؤوليتك عظيمة جدّاً لأن بإمكانك خلق عالم جديد وثقافة جديدة وطريقة حياة جديدة.

-٧-
إذا كنت تحب الزهور، كن بستانيّاً

لذا إن ما يحدث في العالم هو أن كلَّ واحد يقاتل سواه. يُنظَر إلى أحدهم بوصفه أقل شأناً من سواه. الحب معدوم، المراعاة معدومة، الفكر معدوم. كلُّ امرئ يريد أن يصير شخصاً مرموقاً. عضو المجلس النيابي يريد أن يترأس المجلس النيابي، وأن يصير رئيس الوزراء، وما إلى ذلك. هناك قتال مستديم، ومجتمعنا صراع دائم يشنُّه امرؤ على آخر، وهذا الصراع يسمَّى طموحاً إلى حيازة مكانة ما. كبار السن يشجعونك على فعل ذلك: يجب أن تكون طَموحاً، يجب أن تكون شخصاً مرموقاً، يجب أن تتزوجي رجلاً ثريّاً أو تتزوج امرأة ثرية، يجب أن تتخذ النوع الصحيح من الأصحاب. لذا إن الجيل الأكبر سنّاً، أولئك المرتعبين، قبيحي القلوب، يحاولون أن يجعلوك تحبهم، وتراك أيضاً تريد أن تكون مثلهم لأنك ترى بريق ذلك كلِّه. عندما يُقبِلُ الحاكم، ينحني الجميع...

لذا من المهم للغاية أن تجد دعوتك المهنية الصحيحة.

أتدري ماذا تعني كلمة "دعوة"؟ إنها نداء من داخلك يدلُّك على شيء سوف تحب أن تفعله، إنها أمر طبيعي. وفي المحصّلة تلك هي مهمَّة التعليم، مهمَّة مدرسة من هذا النوع: مساعدتك على النمو نموّاً مستقلّاً حتى لا تكون طَموحاً، بل تستطيع العثور على دعوتك المهنية الحقيقية. الرجل الطَّموح رجل لم يجد أبداً دعوته المهنية الحقيقية...

ذاك ليس طُموحاً، أن تؤدي أمراً أداءً رائعاً تامّاً متوافقاً حقّاً مع ما تفكر فيه. ذاك ليس طُموحاً؛ ففيه ينعدم الخوف.

-٨-
المقارنة تولِّد الطموح والمنافسة

ترانا دوماً نقارن أنفسنا بسوانا. إذا كنتُ بليداً، أريد أن أكون أذكى. إذا كنتُ ضحلاً، أريد أن أكون عميقاً. إذا كنتُ جاهلاً، أريد أن أكون أكثر ذكاءً وأكثر دراية. تراني أقارن نفسي بالآخرين، أقيس نفسي عليهم: سيارة أفضل، طعام أفضل، منزل أفضل، طريقة أفضل للتفكير. المقارنة تولِّد النزاع. وهل تفهم عن طريقة المقارنة أصلاً؟ عندما تقارن بين صورتين، بين قطعتين موسيقيتين، أو غروبين، وكذلك عندما تقارن تلك الشجرة بشجرة أخرى، هل تراك تفهم، أم أنك تفهم أمراً ما فقط حين تنعدم المقارِنة تماماً؟

ومنه، هل من الممكن لك أن تعيش دون مقارنة من أيِّ

نوع، فلا تعبِّر عن ذاتك عن طريق المقارنة مع آخر، أو فكرة ما، أو بطل ما، أو قدوة ما؟ لأنك عندما تقارن، عندما تقيس نفسك بـ"ما يجب أن يكون" أو بـ"ما كان"، أنت لا ترى "ما هو كائن". استمع لهذا، رجاءً. الأمر بسيط للغاية ولعلَّه، في النتيجة، كونك ذكيّاً وشاطراً، سيفوتك. نحن نسأل هل بالإمكان العيش في هذا العالم دون أيِّ مقارنة على الإطلاق. لا تقل لا. فأنت لم تفعل ذلك أبداً. وإيَّاك أن تقول: "لا أستطيع ذلك؛ إنه أمر مستحيل لأن إشراطي كلُّه قائم على المقارنة". في صف المدرسة، يقارَن صبيٌّ بآخر، ويقول المدرِّس: "أنت لست مثل فلان ذكاءً". المدرِّس يدمِّر فلاناً عندما يقارنه بعلّان. وتلك العملية تستمر طوال العمر.

-٩-

المقارنة تمنع الوضوح

ترانا نظن أن المقارنة ضرورية للتقدُّم وللفهم ولتنمية العقل. من ناحيتي، لا أراها كذلك. عندما تقارن لوحة بأخرى، أنت لا تنظر إلى أيٍّ منهما. يمكنك النظر إلى لوحة واحدة فقط عند غياب المقارنة. وهكذا، بالطريقة نفسها، هل من الممكن أن تحيا حياةً من غير أن تقارن نفسك البتة – نفسيّاً – بسواك؟ من غير أن تقارن أبداً براما، وبسيتا[١]، وبگيتا، كائناً مَن يكون،

[١] راما وحبيبته سيتا شخصيات ميثية من ملحمة رامايانا الهندية الشهيرة. (المترجم)

وبالبطل، وبآلهتك، وبمُثُلك. الذهن الذي لا يقارن البتة، ولا على أيٍّ مستوى، يصبح خارق الكفاءة ويضج حياةً، لأنه يستطيع عندئذٍ النظر إلى "الموجود".

-١٠-
النجاح والفشل

ما دام النجاح هدفنا، لا يمكن لنا التخلُّص من الخوف، ذلك أن الرغبة في النجاح تولِّد حتماً الخوف من الفشل. لذلك بالضبط لا ينبغي تعليم الشباب أن يعبدوا النجاح. أكثر الناس يسعون في طلب النجاح بصورة أو أخرى، سواء على ملعب التنس أو في عالم البزنس أو السياسة. نحن جميعاً نريد أن نقف على القمة، وهذه الرغبة تختلق نزاعاً دائماً داخل أنفسنا ومع جيراننا؛ إنها تؤدي إلى المنافسة والحسد والعداء وأخيراً إلى الحرب.

يسعى الشباب أيضاً، مثلهم مثل الجيل الأكبر سنّاً، في طلب النجاح والأمان. فمع أنهم في البداية قد يكونون ساخطين، فإنهم سرعان ما يصيرون محترمين ويخشون أن يقولوا "لا" للمجتمع. جدران رغباتهم تبدأ تطويقهم، فيلتحقون بالرتل ويتولون زمام السلطة. إن سخطهم، الذي هو بالذات شعلة الاستقصاء والبحث والفهم، يؤول إلى التبلُّد والخمود، وفي مكانه تأتي الرغبة في الحصول على وظيفة أفضل، وزواج ثري، وحياة مهنية ناجحة، وكلُّها تحرُّق إلى مزيد من الأمان.

لا يوجد فرق جوهري بين كبار السن والشباب، لأن كلا الفريقين عبيد لرغباتهم وترضياتهم. النضج ليس قضية عمر بل ثمرة الفهم. ربما تكون روح الاستقصاء المتقدة أسهل عند الشباب، لأن مَن هم أكبر سنّاً نالوا نصيبهم من ضربات الحياة، وأنهكتهم النزاعات، والموت بمختلف صوره بانتظارهم. هذا بالطبع لا يعني أنهم غير قادرين على الاستقصاء، بل يعني أن الأمر أصعب عليهم فحسب.

كثيرون ممَّن هم في سن الرشد غير ناضجين وصبيانيون إلى حدٍّ ما، وهذا سبب يسهم في البلبلة والبؤس في العالم...

إن الأمان والنجاح هما ما يسعى أكثرنا في طلبه، والذهن الذي يطلب الأمان ويتحرَّق إلى النجاح ليس ذا فطنة، وفي النتيجة هو غير قادر على العمل المتكامل. يمكن للعمل المتكامل أن يوجد فقط إذا كان المرء يعي إشراطه وأحكامه المسبقة العرقية والقومية والسياسية والدينية، أي فقط إذا أدرك أن سُبُل الذات فاصلة أبداً.

-١١-
انهلْ بعمق من الحياة

الحياة بئر عميقة المياه. يمكن للمرء أن يأتيها بدلاء صغيرة ويسحب النزر اليسير من الماء فحسب، أو يمكن أن يأتي بأوعية كبيرة فيسحب المياه الوفيرة التي تروي وتقيت. ريعان

الشباب هو الوقت المناسب لاستقصاء كلِّ شيء واختباره. وينبغي للمدرسة أن تساعد شبابها على اكتشاف دعواتهم المهنية ومسؤولياتهم لا أن تكتفي بحشو أذهانهم بالوقائع والمعرفة التقنية؛ يجب أن تكون التربة التي يمكن لهم أن ينموا فيها دون خوف نموّاً سعيداً ومتكاملاً.

٨

الوحشة، الاكتئاب، البلبلة

-١-
هل الوحشة نفسها الوحدة؟

ألسنا نعرف الشعور بالوحشة وبالخوف وبالبؤس وبالعداء والهلع الحقيقي للذهن الذي يعي وحشته. ألسنا جميعاً نعلم ذلك؟ حالة الوحشة هذه ليست غريبة عن أيٍّ منّا. قد تملك كلَّ ما في الدنيا من ثروات وملذّات، وقد تتصف بقدرة كبيرة وتعرف الغبطة، ولكن في الداخل، يكمن لك دوماً ظلُّ الوحشة. الرجل الثري، الرجل الفقير الذي يكافح، الرجل الذي يكتب، يخلق، يتعبَّد... جميعهم يعرفون هذه الوحشة. عندما يكون الذهن في تلك الحالة، ماذا يفعل يا ترى؟ يشغل الذهن الراديو، يلتقط كتاباً، يفرُّ من "الموجود" إلى شي ليس موجوداً. تتبَّعوا فعلاً ما أقول، أيها السادة، ليس الكلمات، بل التطبيق، رصد وحشتكم أنتم.

عندما يعي الذهن وحشته، يفرُّ ويهرب. والمهرب، سواء إلى

التأمُّل الديني أو الذهاب إلى السينما، هو نفسه تماماً؛ إنه يبقى هرباً من "الموجود". الرجل الذي يهرب عن طريق الشراب ليس أكثر لاأخلاقية من الرجل الذي يهرب عن طريق عبادة الله؛ كلاهما سيَّان، كلاهما يهرب. عندما ترصد واقعة أنك تشعر بالوحشة، إذا انعدم الهرب، ومن ثم انعدم الصراع باتجاه الضد، فإن الذهن عموماً يميل إلى إدانتها وفقاً لإطار معرفته؛ ولكن إذا انعدمت الإدانة، فإن موقف الذهن حيال الأمر الذي سمَّاه وحشةً يكابد برمَّته تغيُّراً تامّاً، أليس كذلك؟

-٢-

الوحشة اكتئاب، الوحدة فرح

الوحشة في المحصلة حالة عزلة، لأن الذهن يسوِّر ذاته وينأى بنفسه عن كلِّ علاقة وكلِّ شيء. في تلك الحالة، يعرف الذهن الوحشة؛ فإذا وعاها الذهن، لكنْ من غير أن يدينها أو يختلق المهرب، فإن تلك الوحشة تكابد قطعاً تحولاً. قد تُطلَق على التحول تسميةُ "الوحدة". لا يهمُّ أي كلمة تستعمل. في تلك الوحدة ينعدم الخوف. الذهن الذي يشعر بالوحشة لأنه عزل نفسه عبر أنشطة مختلفة يخاف تلك الوحشة. لكن إذا انوجد وعيٌ ينعدم فيه الاختيار – هذا يعني عدم الإدانة – فإن الذهن لا يعود وحيداً، بل يصبح في حالة وحدة خالية من أيِّ فساد، ولا توجد فيها عملية تسوير الذات. يجب على المرء أن يكون وحده، ويجب أن توجد

تلك الوحدة بهذا المعنى. الوحشة هي حالة من الإحباط، والوحدة ليست كذلك، والوحدة ليست ضد الوحشة.

قطعاً، أيها السادة، يجب أن نكون وحدنا، وحدنا بمنأى عن جميع المؤثرات والإكراهات والمطالب والأشواق والآمال، حتى لا يبقى الذهن منفعلاً بالإحباط. تلك الوحدة جوهرية؛ إنها خاصِّية دينية. لكن الذهن لا يستطيع الدنوَّ منها دون فهم مشكلة الوحشة برمَّتها. أكثرنا مستوحشون، وجميع أنشطتنا هي أنشطة الإحباط. الإنسان السعيد ليس إنساناً مستوحشاً. السعادة مستوحدة، وعمل الوحدة مختلف كليّاً عن أنشطة الوحشة.

-٣-

هل من الممكن التعايش مع الوحشة؟

ألسنا نعي حالةً من الخواء فينا، حالةً من اليأس، من الوحشة، شعوراً تامّاً بالعجز عن الاتِّكال على أيِّ شيء، وغياب أيِّ شخص يُقتدى به؟ ألم نَخبَر لحظةً من الوحشة الهائلة والأسى الرهيب بلا سبب، وشعوراً باليأس عند ذروة الفكر وذروة الحب؟ ألا نعرف هذه الوحشة؟ وألا تدفعنا دوماً إلى أن نكون ذوي شأن ومبجَّلين؟

هل في مستطاعي التعايش مع هذه الوحشة فلا أتهرَّب منها، ولا أحاول الإشباع عبر عمل ما؟ هل في مستطاعي التعايش معها دون محاولة تحويلها أو تشكيلها والتحكم فيها؟ إذا استطاع الذهن،

فلربما تخطَّى ذلك الشعور بالوحشة، وذلك اليأس، الذي لا يعني أنه تخطَّاه إلى الأمل، أو حالة من التفاني، بل بالعكس. إذا كان بإمكاني أن أفهم تلك الوحشة وأعيش فيها – لا أفرُّ منها، بل أعيش في تلك الوحشة الغريبة التي تأتي عندما أشعر بالملل، وعندما أخاف وأتوجَّس، لا لأيٍّ سبب بعينه أو لسبب بعينه –، عندما أَخبَر هذا الشعور بالوحشة، هل من الممكن للذهن أن يتعايش معه دون أن يحاول دفعه بعيداً؟

– ٤ –
التبعيَّات تنتهي إذا أمكن للذهن أن يسكن

الآن، إذا استطاع الذهن أن يثبت على ذلك الشعور الخارق للغاية بالانقطاع عن كلِّ شيء، الأفكار كلِّها، والعكازات كلِّها، والتبعيَّات كلِّها، أفلا يمكن عندئذٍ لذهن كهذا أن يتخطَّى إلى أبعد، ليس نظريّاً بل فعليّاً؟ فقط حين يستطيع أن يختبر ملء اختبارها حالةَ الوحشة تلك، حالةَ الخواء، حالةَ رفض التبعية، إذّاك يكون من الممكن... ألّا يكون العمل هو العمل عبر أنبوب "الأنا" الضيق.

– ٥ –
بزوال الذات تزول الوحشة

كلَّما زاد وعيك بذاتك، تفاقمت عزلتك، ووعيُ الذات هو سيرورة

العَزْل. لكن الوحدة ليست العزلة. هناك الوحدة حين تنتهي الوحشة فقط. الوحدة حالٌ توقَّف فيها تماماً كلُّ تأثير، سواء من الخارج، والتأثير الداخلي من الذاكرة. فقط عندما يكون الذهن في حال الوحدة تلك، في وسعه أن يعرف غير القابل للفساد. إنما للتوصُّل إلى ذلك، يجب علينا أن نفهم الوحشة، وسيرورة العزلة هذه التي هي الذات ونشاطها. بذلك إن فهم الذات هو بداية توقُّف العزلة، وفي النتيجة الوحشة.

-٦-

بوجود ستة مليارات إنسان على الأرض، هل الوحشة واقع فعلي أم موقف؟

ثم، إذا ما توغَّلنا أكثر في الأمر، تُطرح مشكلة معرفة هل ما ندعوه الوحشة واقع فعلي أم مجرَّد كلمة. هل الوحشة واقعة فعلية أم مجرَّد كلمة تستر شيئاً قد لا يكون ما نظنُّه؟ أليست الوحشة فكرة ونتاجاً للتفكير؟ بما يعني أن التفكير هو التعبير اللفظي القائم على الذاكرة. ألسنا بذلك التعبير اللفظي، وبتلك الفكرة أو الذاكرة، ننظر إلى الحالة التي ندعوها "مستوحش"؟ ومنه، إن إطلاق اسم على تلك الحالة قد يكون سبب الخوف الذي يمنعنا من النظر إليها عن كثب؛ فإذا لم نطلق عليها اسماً، وهو من تلفيق الذهن، فهل تلك حالة وحشة؟

-٧-

كُنْ وحدك دون مهارب: انظر إلى ما يحدث

هل سبق لك يوماً أن حاولت أن تكون وحدك؟ عندما تحاول فعلاً، ستشعر بمدى صعوبة الأمر الخارقة وبمدى الفطنة الخارقة التي يجب أن نتصف بها كي نكون وحدنا، لأن الذهن لن يدعنا نكون وحدنا. لا يلبث الذهن أن يتململ وينشغل بالمهارب، فماذا نحن فاعلون؟ نحاول ملء هذا الخواء الخارق بالمعلوم. نكتشف كيف نكون نَشِطين واجتماعيين؛ نحن نعرف كيف ندرس وكيف نشغِّل الراديو. نحن نملأ ذلك الشيء الذي لا نعرفه بالأشياء التي نعرفها. نحاول ملء هذا الفراغ بصنوف المعرفة أو العلاقة أو الأشياء. أليس الأمر كذلك؟ هذه هي سيرورتنا وهذا هو وجودنا. الآن عندما تدرك ما تفعله، هل تظنُّك بعدُ تستطيع ملء ذلك الخواء؟ لقد سبق لك أن جرَّبت كلَّ وسيلة لملء خواء الوحشة هذا. فهل أفلحت في ملئه؟ لقد جرَّبت دور السينما ولم تفلح، ولذلك تراك تسعى وراء الگورو الذين تتخذهم معلِّمين، أو كتبك، أو تنشط اجتماعيّاً للغاية. فهل أفلحت في ملئه أم اكتفيت بالتستُّر عليه فحسب؟ إذا اكتفيت بالتستُّر، فهو لا يزال موجوداً. ولذلك سوف يعود. وإذا تمكنت من الهرب كليّاً، فأنت محبوس في مصحَّة أو تراك تصبح بليداً للغاية. ذاك ما يحدث في العالم.

-٨-
واقع الأمر أننا فارغون

هل بالإمكان ملء هذا الفراغ وهذا الخواء؟ إن لم يكن بالإمكان ملؤه، فهل نستطيع الفرار أو الهرب منه؟ إذا اختبرنا ووجدنا أن مهرباً بعينه لا قيمة له، أفلا يُستنتَج من هذا أن جميع المهارب الأخرى لا قيمة لها؟ لا يهمُّ إن كنت تملأ الفراغ بهذا أو بذاك. ما يسمَّى التأمُّل مهرب هو الآخر. لا يهمُّ كثيراً أن تغيِّر طريقتك في الهرب.

إذن، كيف ستجد ما ينبغي لك أن تفعله حيال هذه الوحشة؟ بإمكانك فقط العثور على ما ينبغي لك أن تفعله عندما تتوقف عن الهرب. أليس الأمر كذلك؟ عندما تكون على استعداد لمواجهة "الموجود" – ما يعني أنك يجب ألا تشغِّل الراديو، وأنه يجب عليك أن تدير ظهرك للمدنيَّة – عند ذاك تنتهي هذه الوحشة، لأنها تتحوَّل بالكامل. إنها لم تعد وحشة.

-٩-
الاكتئاب: الحياة داخل الذات

سائل: ما هو الفرق بين الوعي والاستبطان؟ ومَن يعي في الوعي؟
كريشنامورتي: دعنا أولاً نفحص ما نعنيه بالاستبطان. نعني بالاستبطان النظر إلى باطن الذات وفحصها. لماذا يفحص المرء

ذاته؟ من أجل أن يتحسَّن وأن يتغيَّر وأن يعدِّل ذاته. أنت تستبطن لكي تصير شيئاً، وإلا لن تنهمك في الاستبطان. لن تفحص نفسك إنْ لم تكن هناك رغبة في تعديل ذاتك أو تغييرها، أو أن تصير شيئاً آخر غير ما أنت عليه. ذاك هو السبب الواضح للاستبطان. أنا غاضب وأستبطن وأتفحَّص ذاتي من أجل أن أتخلَّص من الغضب، أو أعدِّل الغضب أو أغيِّره. عند الاستبطان، وهو الرغبة في تعديل الاستجابات، أي ردود فعل الذات، أو تغييرها، تراك تضع دوماً غاية نصب عينيك. وعندما لا يتم بلوغ هذه الغاية، تظهر المزاجية والاكتئاب. لذا إن الاستبطان يترافق دوماً مع الاكتئاب.

-١٠-
تحليل الذات يؤدي إلى الاكتئاب

لا أدري هل لحظت أنك عندما تستبطن، وتنظر إلى ذاتك من أجل أن تغيِّر ذاتك، هناك دوماً موجة من الاكتئاب. تهبُّ دوماً موجة تضطر إلى مصارعتها وإلى تفحُّص ذاتك من جديد للتغلُّب على ذاك المزاج، وهلم جراً. الاستبطان سيرورة لا فكاك منها لأنها عملية تحويل "الموجود" إلى شيء ليس إيَّاه. واضح أن هذا بالضبط ما يحدث عندما نستبطن وننهمك في هذا العمل بعينه. في ذلك العمل هناك دوماً سيرورة تراكمية، حيث يتفحَّص "الأنا" شيئاً من أجل تغييره. لذا هناك دوماً نزاع ثنوي، وفي النتيجة سيرورة إحباط. لا يوجد فكاك أبداً. وإذ يُدرَك ذلك

الإحباط، يحدث الاكتئاب.

أمَّا الوعي، فمختلف كلَّ الاختلاف. الوعي رصد بلا إدانة. الوعي يجلب الفهم لأنه لا يوجد إدانة أو تماه، بل رصد صامت. إذا أردتُ أن أفهم شيئاً ما، يجب أن أرصد، وألّا أنتقد، وألا أدين، وألا أسعى في طلبه على أنه لذة أو أتجنَّبه على أنه غير لذة. يجب أن يوجد مجرَّد رصد صامت لواقعة ما. لا توضع غايةٌ نصب العين، وإنما وعي بكلِّ شيء عند ظهوره. يكفُّ ذلك الرصد وفهم ذلك الرصد بوجود إدانة أو تماهٍ أو تبرير.

-١١-
وعي أم استبطان؟

الاستبطان هو تحسين الذات، وفي النتيجة هو التمحور على الذات. الوعي ليس تحسين الذات. إنه على العكس من ذلك: إنهاء للذات، لـ"الأنا" بكلِّ مزاجيَّاتها وذكرياتها ومتطلَّباتها ومساعيها العجيبة. في الاستبطان هناك تماهٍ وإدانة. في الوعي ليس هناك إدانة أو تماهٍ، ولذلك ليس فيه تحسينٌ للذات. هنالك فرق شاسع بين الاثنين.

المرء الذي يريد تحسين ذاته لا يمكن له أن يكون واعياً أبداً، لأن التحسين يتضمَّن الإدانة وبلوغ نتيجة، بينما في الوعي هناك رصد دون إدانة أو إنكار أو قبول. يبدأ ذلك الوعي بالأشياء الخارجية، وعي الأشياء، التَّماس معها ومع الطبيعة. هناك أولاً وعي للأشياء المحيطة بالمرء، وحساسية مرهفة حيال الموضوعات والطبيعة،

ثم حيال الناس، الأمر الذي يعني العلاقة، ثم هناك وعي للأفكار. هذا الوعي، كونه حساساً للأشياء وللطبيعة وللناس وللأفكار، ليس تجميعاً لسيرورات منفصلة، بل سيرورة واحدة موحِّدة. إنه رصد دائم لكلِّ شيء، ولكلِّ فكر وشعور وعمل لدى ظهوره داخل المرء.

-١٢-
هل نحتاج إلى محلِّلين نفسيين لحلِّ بلبلتنا؟

سائل: من الوقائع المثبتة الآن أن عدداً من أمراضنا ذات طبيعة نفس–جسمية، وتنجم عن إحباطات ونزاعات داخلية عميقة لا نعيها في أحيان كثيرة. فهل يجب علينا الآن أن نهرع إلى الأطباء النفسيين، كما اعتدنا أن نهرع إلى الأطباء، أم هناك سبيل للإنسان للتحرُّر من هذا الجيشان الداخلي؟

كريشنامورتي: هذا يطرح السؤال: ما موقف المحلِّلين النفسيين؟ وما موقف أولئك منَّا الذين يعانون نوعاً من الداء أو المرض؟ هل الداء ناجم عن اضطراباتنا العاطفية أو الأمر خالٍ من مغزى عاطفي؟ أكثرنا مضطرب. أكثرنا مبلبل وفي حيرة من أمره وفي جيشان، حتى المرفَّهون جدّاً الذين عندهم ثلاجات وسيارات وإلى آخر ما هنالك. وبما أننا لا نعرف كيف نتعامل مع الاضطراب، فإنه يرتدُّ حتماً على البدن وينتج المرض، وهو أمر واضح نوعاً ما. والسؤال: هل يجب أن نهرع إلى الأطباء النفسيين ليساعدونا على إزالة اضطراباتنا واستعادة صحتنا بذلك، أم من الممكن لنا أن نتبيَّن

بأنفسنا كيف لا نكون مضطربين، وكيف لا نعاني الجيشان والقلق والمخاوف؟

لماذا نحن مضطربون إن كنّا كذلك؟ ما هو الاضطراب؟ أريد شيئاً، لكنني لا أستطيع نواله فأعاني اضطراباً. أريد أن أشبع رغباتي بواسطة أولادي وزوجتي وممتلكاتي والمنصب والنجاح، إلى آخر ما هنالك، لكنني مقيَّد، ما يعني أنني مضطرب. أنا طَموح لكن شخصاً آخر يزيحني جانباً ويمضي قُدُماً؛ ههنا أيضاً أنا في حالة فوضى وجيشان، الأمر الذي يرتدُّ على البدن.

-١٣-

ما هي البلبلة؟

الآن هل نستطيع، أنا وأنت، أن نتحرَّر من هذا الجيشان والبلبلة كلِّها؟ أتفهم؟ ما هي البلبلة؟ تنجم البلبلة فقط عندما توجد الواقعة بالإضافة إلى ما أفكر فيه بخصوص الواقعة: رأيي في الواقعة، استخفافي بها، تهرُّبي منها، تقييمي لها، وما إلى ذلك. فإذا استطعت أن أنظر إلى الواقعة دون الخاصيَّة المضافة، إذّاك تنعدم البلبلة. إذا أقررت بواقعة أن طريقاً معيناً يؤدي إلى ڤِنتورا[١]، تنعدم البلبلة. تنشأ البلبلة فقط عندما أظن أو أصرُّ أن الطريق يؤدي إلى مكان آخر، وهذه فعليّاً هي الحالة التي يعانيها أكثرنا.

١ ڤِنتورا: بلدة ساحلية في كاليفورنيا تقع شمال غرب لوس أنجلس. (المترجم)

-١٤-
آراؤنا تشوِّش الوقائع

آراؤنا ومعتقداتنا ورغباتنا ومطامحنا قوية للغاية، ونحن مثقلون بها إلى حدٍّ أننا غير قادرين على النظر إلى الحقيقة.

لذا إن الواقعة، مضافاً إليها الرأي والحُكم والتقييم والطموح، وآخر ما هنالك، تجلب البلبلة. فهل في وسعنا، أنا وأنت، من حيث نحن مبلبلان، أن نحجم عن التصرُّف؟ قطعاً إن أيَّ عملٍ وليد البلبلة لا بدَّ أن يؤدي إلى مزيد من الارتباك والجيشان، وكلُّ ذلك يرتدُّ على البدن والجهاز العصبي، فينجم عنه المرض. ولمَّا كان المرء مبلبلاً، فإن اعترافه لنفسه بأنه مبلبل يقتضي، ليس شجاعة، بل شيئاً من وضوح الفكر وصفاء الإدراك. أكثرنا يخشون الاعتراف بأننا مبلبلون، فنختار اعتباراً من بلبلتنا قادةً ومعلِّمين وسياسيين؛ وعندما نختار شيئاً اعتباراً من بلبلتنا، فإن ذلك الاختيار بالذات لا بدَّ أن يكون مبلبلاً، ومن ثمّ لا بدَّ للقائد أن يكون مبلبلاً.

-١٥-
فهم البلبلة هو الوضوح

إذن، هل من الممكن أن نعي بلبلتنا ونعرف سبب تلك البلبلة، فنحجم عن التصرُّف؟ عندما يتصرَّف ذهن مبلبل لا يمكن أن ينتج عنه سوى مزيد من البلبلة، لكن ذهناً يعي أنه مبلبل ويتفهم سيرورة

البلبلة هذه بأكملها غير مضطر إلى التصرُّف لأن ذلك الوضوح هو بعينه تصرُّفه. أحسب أن هذا أمر يصعب على أكثر الناس فهمُه لأننا معتادون التصرُّف والفعل...

-١٦-
في وسعك أن ترى هذا كلّه بنفسك

ولا أحسب أن في مقدور أيِّ محلِّل حلَّ هذه المشكلة. قد يساعدك مؤقتاً على الامتثال لنمط اجتماعي معيَّن يسمِّيه الحياة السويَّة، لكن المشكلة أعمق من ذلك بكثير، وليس في مقدور أحد أن يحلَّها إلّاك. أنا وأنت مَن صنعنا هذا المجتمع؛ إنه نتاج أعمالنا وأفكارنا، ونتاج وجودنا بالذات، وما دمنا نكتفي بمحاولة إصلاح الناتج دون فهم الكيان الذي أنتجه، سيكون لدينا المزيد من الأمراض والفوضى والانحراف. إن فهم الذات يولِّد الحكمة والعمل السليم.

٩

إنهاء الذات، لا تحسينها، ينهي الشقاء

-١-
ما الداعي إلى تقوية مصدر ألمك بالذات؟

إن من أصعب الأمور على الفهم، على ما يبدو لي، مشكلة التغيُّر. نرى أن هناك تقدُّماً في أنماط شتى، ما يسمَّى بالتطور، ولكن هل في التقدُّم من تغيير أساسي؟ لا أدري هل هذه المشكلة قد أصابتك أم لا، أو فكرت في الأمر من قبل، ولكن ربما يكون من المجدي التوغل في هذه المسألة هذا الصباح.

نرى أن هناك تقدُّماً بالمعنى البيِّن لتلك الكلمة: هناك اختراعات جديدة، سيارات أفضل، طائرات أفضل، ثلاجات أفضل، السلام السطحي لمجتمع تقدُّمي... إلى آخره. لكن هل يُحدِثُ ذلك التقدُّم تغييراً جذريّاً في الإنسان، فيَّ وفيك؟ إنه بالفعل يغيِّر مسلك حياتنا تغييراً سطحيّاً، لكن هل بإمكانه يوماً أن يحوِّل تفكيرنا تحويلاً جذريّاً؟ وكيف يمكن لهذا التحوُّل الأساسي أن يتم؟ أحسب أنها

مشكلة تستحق النظر فيها. هناك تقدُّم في تحسين الذات: بإمكاني غداً أن أكون أفضل، ألطف، أكرم، أقل حسداً، أقل طموحاً. ولكن هل يؤدي تحسين الذات إلى تغيير تام في تفكير المرء، أو لا يوجد أيُّ تغيير على الإطلاق، بل تقدُّم فقط؟ التقدُّم يقتضي الزمن، أليس كذلك؟ أنا اليوم هكذا، وسأكون غداً شيئاً أفضل. بعبارة أخرى: في تحسين الذات أو إنكار الذات أو التفاني هناك تقدُّم، التدرُّج في التحرُّك باتجاه حياة أفضل، ما يعني التكيف سطحيّاً مع البيئة، والتوافق مع نمط محسَّن، والإشراط على نحو أنبل، وهكذا. نبصر تلك السيرورة جاريةً طوال الوقت. ولا بدَّ أنك تساءلت، كما فعلتُ من ناحيتي، هل يُحدِث التقدُّم فعلاً ثورة أساسية.

الأمر المهم، في نظري، ليس التقدُّم، بل الثورة. من فضلك لا ترتعب من كلمة "ثورة" تلك، كما يرتعب أكثر الناس في مجتمع تقدُّمي للغاية مثل هذا. ولكن يبدو لي أننا ما لم نفهم الضرورة الاستثنائية لإحداث، ليس مجرَّد تحسُّن اجتماعي، بل تغيير جذري في نظرتنا، فإن التقدُّم هو مجرَّد تقدُّم في الأسى؛ قد يفلح في تسكين الأسى أو تهدئته لكنه لا يضع حدّاً للأسى الكامن لنا دوماً. فالتقدُّم في المحصلة، بمعنى التحسُّن في غضون زمن، هو في واقع الأمر سيرورة الذات، "الأنا"، الأنيَّة. من الواضح أن هناك تقدُّماً في تحسين الذات، وهو الجهد المصمِّم على الاتصاف بالخير، والاتصاف بهذا أكثر أو بذاك أقل، وهلم جراً. فكما أن هناك تحسيناً في الثلاجات والطائرات هناك أيضاً تحسين في الذات، لكن ذلك التحسين، ذلك التقدُّم، لا يحرِّر الذهن من الأسى.

-٢-
لا تكتفِ بمجرّد إعادة تزيين سجنك

لذا، إذا أردنا فهم مشكلة الأسى، وربما وضع حدٍّ لها، لا يجوز لنا أن نفكر بلغة التقدُّم لأن المرء الذي يفكر بلغة التقدُّم والزمن، قائلاً إنه سيكون سعيداً غداً، امرؤ يعيش في الأسى. ولفهم هذه المشكلة، ألا يجب على المرء أن يخوض في مسألة الوعي برمَّتها؟ هل هذا موضوع أصعب من أن نتناوله؟ سأستمر وسوف نرى.

لو أردتُ حقّاً أن أفهم الأسى وإنهاءه، لا بدَّ لي من أن أتبيَّن ليس عواقب التقدُّم فحسب لكن أيضاً ما هو ذلك الكيان الذي يريد تحسين ذاته، ولا بدَّ لي أيضاً من معرفة الدافع الذي يسعى به إلى التحسُّن. هذا كلُّه هو الوعي. هناك الوعي السطحي للنشاط اليومي: الوظيفة، الأُسرة، التكيّف المستمر مع البيئة الاجتماعية، إمَّا الموفَّق السهل، وإمَّا المتناقض المترافق مع عُصاب. وهناك أيضاً المستوى الأعمق للوعي، وهو الإرث الاجتماعي الباهظ للإنسان عبر القرون...

نحن نحاول أن نكتشف بأنفسنا ما هو الوعي، وهل من الممكن للذهن أن يتحرَّر من الأسى، لا أن يغيِّر نمط الأسى، ولا أن يزيِّن سجن الأسى، بل أن يتحرَّر تماماً من بذرة الأسى ومن جذره. ونحن نتقصَّى ذلك، سنرى الفرق بين التقدُّم، وبين الثورة النفسية التي لا مناص منها لو قُيِّض أن يكون ثمة تحرُّر من الأسى.

-٣-

رصد مقرّ الحزن: وعيك أنت

نحن لا نحاول تغيير مسلك وعينا، ولا نحاول فعل شيء حيال ذلك؛ نحن ننظر إليه فحسب. قطعاً إذا كنّا نتصف بشيء من القدرة على الرصد، وبشيء يسير من الوعي، فنحن نعرف الوعي السطحي. في وسعنا أن نرى أن ذهننا على السطح نشيط ومشغول بالتكيف وبالوظيفة وبالارتزاق وبالتعبير عن ميول وعطايا ومواهب بعينها، أو باكتساب معرفة تقنية معيَّنة، وأكثرنا راضون بالعيش على ذلك السطح.

-٤-

لماذا نقبل ألم الحياة السطحية؟

الآن، هل في وسعنا أن نهبط ونرى الدافع إلى هذا التكيُّف السطحي؟ أكرِّر: إذا اتصفتَ بشيء يسير من وعي هذه السيرورة برمَّتها، فأنت تعلم حتماً أن الدافع إلى هذا التكيُّف مع الرأي والقيم، وأن هذا القبول للسلطة وما إلى ذلك، هو إدامة الذات وحمايتها. إذا استطعت أن تهبط إلى ما تحت ذاك، فسوف تجد أن هناك هذا التيار الجوفي الشاسع من الغرائز الجمعية والعرقية والقومية، وجميع تراكمات الصراع البشري، والمعارف، والمساعي، والعقائد والتقاليد الخاصة بالهندوسي أو البوذي أو المسيحي،

وبقايا ما تسمَّى التربية عبر القرون... كلُّها قد أشرطت الذهن على نمط موروث معيَّن. وإذا أمكنك أن تتعمَّق أكثر فأكثر، فهناك الرغبة الأولية في الوجود والنجاح والصيرورة التي تعبِّر عن نفسها على السطح بأنماط متنوعة من النشاط الاجتماعي وتختلق صنوف قلق ومخاوف عميقة الجذور. بعبارة مختصرة جدّاً: كلِّية ذلك هو وعينا. وبعبارة أخرى: يقوم تفكيرنا على هذا الباعث الأساسي على الوجود والصيرورة، وفوق ذاك تتوضع الطبقات المتعددة للتقاليد والثقافة والتربية والإشراط السطحي لمجتمع معيَّن، وكلُّها ترغمنا على الامتثال لنمط يتيح لنا البقاء على قيد الحياة. هناك الكثير من التفاصيل والدقائق، لكن ذاك في الجوهر هو وعينا.

ـ ٥ ـ

لا ينتهي الأسى عبر التحسين

الآن، أيُّ تقدُّم ضمن هذا الوعي هو تحسين للذات، وتحسين الذات هو تقدُّم في الأسى، وليس وضع حدٍّ للأسى. هذا في منتهى الوضوح إنْ نظرتَ إليه. وإذا كان الذهن مهتمّاً بالتحرُّر من الأسى مطلقاً، فماذا ينبغي له أن يفعل؟ لا أدري هل فكَّرت في هذه المشكلة، ولكن فكِّرْ فيها الآن، رجاءً.

نحن نشقى، أليس كذلك؟ لا نشقى من المرض أو الداء البدني فقط، بل نشقى أيضاً من الوحشة وفقر وجودنا؛ نشقى لأننا لسنا محبوبين. عندما نحب شخصاً ما ولا يبادلنا هذا الحب، هناك

أسى. في كلِّ اتجاه مجرَّد التفكير هو الامتلاء بالأسى. لذا يبدو من الأفضل الكف عن التفكير، ومن ثمّ نعتنق معتقداً ونَأْسَنُ في ذلك المعتقد الذي نسمِّيه الدين.

الآن، إذا رأى الذهن أنه لا يوجد إنهاء للأسى عبر تحسين الذات، وهو أمر واضح نوعاً ما، فماذا ينبغي للذهن أن يفعل؟ هل بإمكان الذهن أن يتخطَّى هذا الوعي وهذه البواعث المتنوعة والرغبات المتناقضة؟ وهل التخطِّي قضية زمن؟ تابعوا هذا، رجاءً، ليس لفظيّاً فحسب، بل فعليّاً. إذا كان الأمر قضية زمن، فأنت تعود عالقاً مرة أخرى في الشيء الآخر، وهو التقدُّم. أتراك ترى ذلك؟ من إطار الوعي، أيُّ حركة في أيِّ اتجاه هي تحسين للذات، ومن ثمّ استمرار للأسى. في الوسع السيطرة على الأسى أو ضبطه أو إخضاعه أو عقلنته أو تشذيبه، لكن الخاصية الكامنة للأسى لا تزال حاضرة. وللتحرُّر من الأسى لا بدَّ من التحرُّر من هذا الكمون، من بذرة "الأنا" أو الذات هذه، ومن سيرورة الصيرورة بأكملها. للتخطِّي لا بدَّ من إيقاف هذه السيرورة.

-٦-
عبر التقدُّم لا ينتهي الأسى

لكنك إذا قلت: "كيف لي أن أتخطَّى؟"، إذّاك فإن هذه "كيف" تصير المنهج والممارسة، الأمر الذي لا يزال تقدُّماً، وفي النتيجة ليس هناك تخطٍّ، بل مجرَّد صقل للوعي في الأسى.

أرجو أنك تستوعب هذا.

يفكر الذهن بلغة التقدُّم والتحسين والزمن، فهل من الممكن لذهن كهذا، وقد رأى أن ما يسمَّى التقدُّم هو تقدُّم في الأسى، أن ينتهي، ليس مع الزمن ولا غداً، بل فوراً؟ وإلا فأنت عائد لا محالة إلى الروتين برمَّته، وعجلة الأسى القديمة. إذا طُرِحَت المشكلة بوضوح، وبوضوح فُهِمَت، فسوف تجد الإجابة المطلقة.

-٧-
الموت عن كلِّ شيء يوماً بيوم

الآن، يتطلَّب تخطِّي ذلك وتجاوُزه كلِّه انتباهاً هائلاً. هذا الانتباه الكلِّي، الذي لا اختيار ولا شعور فيه بالصيرورة وبالتغيُّر وبالتغيير، يحرِّر الذهن كليّاً من سيرورة الوعي الذاتي، إذ لا يوجد مُختبِر يُراكِم، وإذّاك فقط يمكن أن يقال عن الذهن حقّاً وصدقاً أنه قد تحرَّر من الأسى. إن التراكم علَّة الأسى. نحن لا نموت عن كلِّ شيءٍ يوماً بيوم؛ نحن لا نموت عن التقاليد التي لا حصر لها، وعن الأسرة، وتجاربنا، ورغبتنا في إيذاء الآخر. على المرء أن يموت عن ذلك كلِّه من لحظة إلى أخرى، عن تلك الذاكرة التراكمية الشاسعة، وعندئذٍ فقط يتحرَّر الذهن من الذات التي هي كيان التراكم.

الباب الثالث

التربية والعمل والمال

١

ما هي التربية؟

-١-

النوع الصحيح من التربية

الجاهل ليس غير المتعلِّم، بل مَن لا يعرف نفسه، والمتعلِّم غبي عندما يعتمد على الكتب والمعرفة والمرجعيَّة لمنحه الفهم. يحدث الفهم عبر معرفة الذات فقط، ألا وهي وعي المرء للسيرورة النفسية الكلِّية للفرد. ومنه، إن التربية بالمعنى الحقيقي للكلمة هي فهم المرء ذاته، إذ إن الوجود بأسره مجتمِع في باطن كلٍّ منَّا.

إن ما نسمِّيه التربية هو تجميع المعلومات والمعرفة من الكتب، الأمر الذي يمكن لكلٍّ مَن يستطيع القراءة أن يفعله. تربية كهذه تقدِّم شكلاً حاذقاً من التهرُّب من أنفسنا، وككلِّ صور الهرب تؤدِّي حتماً إلى بؤس متفاقم. ينجم النزاع والبلبلة عن علاقتنا غير الصحيحة مع الناس والأشياء والأفكار، وإلى أن نفهم تلك العلاقة ونغيِّرها، إن مجرَّد التعلُّم وتجميع الوقائع واكتساب مهارات متنوعة لا يسعه أن

يقودنا إلا إلى فوضى ودمار عارمين.

وفق تنظيم المجتمع الآن، نرسل أولادنا إلى المدرسة ليتعلَّموا تقنية ما يستطيعون بها أن يرتزقوا في آخر المطاف. نريد أن نجعل الطفل، أولاً وقبل كلٍّ شيء، اختصاصيّاً، آمِلين بذلك أن نؤمِّن له وضعاً اقتصاديّاً آمِناً. ولكن هل من شأن اكتساب تقنية ما أن يمكّننا من فهم أنفسنا؟

في حين أن معرفة القراءة والكتابة، وتعلُّم الهندسة أو مهنة أخرى ما، أمر ضروري قطعاً، هل ستزوِّدنا التقنية بالقدرة على فهم الحياة؟ التقنية بكلٍّ تأكيد أمر ثانوي. وإذا كانت الأمر الوحيد الذي نكدح في سبيله، فمن الواضح أننا ننكر ما هو إلى حدٍّ بعيد الجزء الأكبر من الحياة.

الحياة ألم وفرح وجمال وقبح وحب، وحين نفهمها ككل وعلى جميع المستويات، يخلق هذا الفهم تقنيته الخاصة. لكن العكس ليس صحيحاً: لا يمكن للتقنية أبداً أن تحقق الفهم الإبداعي.

-٢-
المهارة في الارتزاق ليست حياة تامَّة

التربية الحالية إخفاق كامل لأنها غالت في التشديد على التقنية. عند الغلو في التشديد على التقنية ترانا ندمِّر الإنسان. إن اكتساب القدرة والكفاءة دون فهم الحياة، ودون حيازة إدراك شامل لطُرُق الفكر

والرغبة، يجعلنا أكثر قسوة فحسب، الأمر الذي يولِّد الحروب ويعرِّض أمننا البدني للخطر. والاكتساب الحصري للتقنية أنتج علماء، وعلماء رياضيات، وبناة جسور، وغزاة الفضاء، لكن هل يفهمون سيرورة الحياة الكلِّية؟ هل في مقدور أيِّ اختصاصي أن يختبر الحياة ككل؟ إذا كفَّ فقط عن أن يكون اختصاصيّاً.

-٣-

مجرَّد الانشغال المهني لا يكفي

يحلُّ التقدُّم التكنولوجي فعلاً أصنافاً معيَّنة من المشكلات لبعض الأشخاص على مستوى واحد، لكنه يقحم مشكلات أوسع وأعمق أيضاً. إن العيش على مستوى واحد، بصرف النظر عن سيرورة الحياة الكلِّية، هو استجلاب للبؤس والدمار. إن الحاجة الأكبر والمشكلة الأكثر إلحاحاً لكلِّ فرد هي أن يحوز على فهم متكامل للحياة، ما يمكِّنه من التصدِّي لتعقيداته المتفاقمة.

المعرفة التقنية، مهما كانت ضرورية، لن تحلَّ بأيِّ حالٍ ضغوطنا ونزاعاتنا النفسية. ولأننا اكتسبنا المعرفة التقنية دون فهم سيرورة الحياة الكلِّية، صارت تلك التكنولوجيا وسيلة لتدمير أنفسنا. الإنسان الذي يعرف كيف يشطر الذرة، لكن ليس لديه حب في قلبه، يصير وحشاً.

إننا نختار مهنة وفقاً لقدراتنا. ولكن هل يقودنا اتِّباع مهنة إلى إخراجنا من النزاع والبلبلة؟ بعض أنماط التدريب التقني تبدو

ضروريّة لكن عندما نصبح مهندسين وأطباء ومحاسبين، ماذا بعد؟ هل ممارسة مهنة هي إنجاز الحياة؟ إنها لكذلك عند أكثرنا على ما يبدو. قد تبقينا مهننا المتنوعة منشغلين طوال الشطر الأكبر من حياتنا، ولكن الأشياء نفسها التي ننتجها وننتشي بها كلَّ هذا الانتشاء هي التي تسبِّب الدمار والبؤس. إن مواقفنا وقيمنا تجعل الأشياء والمهن أدواتٍ للحسد والمرارة والكراهية.

دون وجود فهمٍ لأنفسنا، يؤدي مجرَّدِ الانشغال المهني إلى الإحباط، مع مهاربه الحتمية عبر جميع صنوف الأنشطة المؤذية.

-٤-
الفرد أو المنظومة

لا يجوز للتربية أن تشجع الفرد على الامتثال للمجتمع، ولا الانسجام السالب معه، بل أن تساعده على اكتشاف القيم الحقيقية التي تصاحب التقصِّي غير المتحيِّز ووعي الذات. في غياب معرفة الذات، يصير التعبير عن الذات توكيداً للذات، بكلِّ نزاعاته العدوانية والطَّموحة. على التعليم أن يوقظ القدرة على وعي الذات، لا مجرَّد الانهماك في التعبير عن الذات.

ما نفع التعليم إن كنَّا في سيرورة العيش ندمِّر أنفسنا؟ بما أننا نشهد سلسلة من الحروب الكاسحة، واحدة تلو أخرى، من الواضح أن هناك شيئاً جذريَّ الخطأ في الطريقة التي نربِّي عليها

أولادنا. أحسب أن أكثرنا يدرك هذا لكننا لا نعرف كيف نتعامل معه.

المنظومات، أكانت تعليمية أم سياسية، لا تُغيَّر بقدرة قادر؛ إنها تتحوَّل حين يحدث تغيير أساسي في أنفسنا. للفرد المقام الأول، وليس للمنظومة. وما دام الفرد لا يفهم سيرورة ذاته الكلِّية، لا يمكن لأيِّ منظومة، من اليسار أو اليمين، إحلال النظام والسلام في العالم.

- ٥ -

وظيفة التربية

يُعنى النوع الصحيح من التربية بالحرية الفردية التي وحدها تستطيع أن تحقق تعاوناً حقيقيّاً مع الكل ومع كثيرين. لكن هذه الحرية لا تتحقق بسعي المرء إلى تضخيم ذاته وطلب النجاح. الحرية تصحب معرفة الذات حين يعلو الذهن فوق العوائق التي اختلقها لذاته عبر التشبث بأمانه ويتخطَّاها.

إن وظيفة التربية مساعدة كلِّ فرد على اكتشاف جميع هذه العوائق النفسية، وليس أن تفرض عليه أنماط سلوك جديدة وكيفيات تفكير جديدة فحسب. فهذه الفروض لن توقظ أبداً الفطنة والفهم الإبداعي، بل لن تؤدي إلّا إلى مزيد من إشراط الفرد. هذا قطعاً ما يحدث في أنحاء العالم، وذلك السبب في استمرار مشكلاتنا وتكاثرها.

-٦-
هل أولادنا ملك لنا؟

لا يمكن لتربية حقيقية أن توجد إلا عندما نبدأ في فهم المغزى العميق للحياة الإنسانية. إنما حتى يفهم الذهن، يجب عليه أن يتحرَّر تحرُّراً ذكيّاً من الرغبة في الثواب التي تولِّد الخوف والامتثال. إذا اعتبرنا أولادنا ممتلكات شخصية، وإذا كانوا في نظرنا استمراراً لذواتنا الضئيلة وإشباعاً لمطامحنا، فسوف نبني بيئة أو هيكلية اجتماعية ليس فيها حب، بل سعي في طلب المزايا المتمركزة على الذات فقط.

-٧-
ما هي ضرورتنا؟

ما هي ضرورتنا؟ وفقاً لذلك ستحصل على جامعات ومدارس بامتحانات أو بلا امتحانات. لكن مجرَّد الحديث حديثاً حصريّاً عن الانقسامات اللسانية يبدو لي طفوليّاً تماماً. ما يتعيَّن علينا فعله بوصفنا بشراً ناضجين - إن وُجدت أصلاً كياناتٌ كهذه - هو التوغل في هذه المشكلات. هل تريد لأولادك أن يتربوا ليكونوا موظفين ممجَّدين بيروقراطيين، يعيشون حياة بائسة عديمة الفائدة عبثية تماماً، ويشتغلون كالآلات في المنظومة، أو تريد بشراً متكاملين ذوي فطنة وقادرين ولا يعرفون الخوف؟ ربما سوف

نتبيَّن ما نعنيه بـ"الفطنة". مجرَّد اكتساب المعرفة ليس فطنة، وهو لا يصنع إنساناً ذا فطنة. قد تكون عندك التقنية كلُّها، لكن هذا لا يعني بالضرورة أنك إنسان متكامل ذو فطنة.

-٨-
المعرفة هي تراكم الماضي: التعلُّم يجري دوماً في الحاضر

ومنه، هناك فرق بين اكتساب المعرفة وفعل التعلُّم. يجب أن تكون لديك المعرفة وفعل التعلُّم. يجب أن تكون لديك المعرفة، وإلا لن تعرف عنوان إقامتك، وسوف تنسى اسمك، وما إلى ذلك. لذا إن المعرفة، على مستوى معيَّن، أمر إلزامي، ولكن عندما تُستعمَل تلك المعرفةُ لفهم الحياة – وهي حركة، وهي شيء حي متحرِّك دينامي متغيِّر كلَّ لحظة – وعندما لا تستطيع أن تتحرك مع الحياة، أنت تعيش في الماضي محاولاً فهم الشيء الخارق المسمَّى حياةً. ولكي تفهم الحياة عليك أن تتعلَّم منها كلَّ دقيقة ولا تُقبِل عليها أبداً وأنت متعلِّم.

٢

مقارنة وتنافُس أو تعاوُن؟

-١-
المقارنة تولد الخوف

أحد الأشياء التي تمنع الشعور بالأمن هي المقارنة. عند مقارنتك بشخص آخر في دراستك أو ألعابك أو مظهرك، ينتابك شعور بالقلق وبالخوف وبغياب اليقين. لذا، كما كنَّا نناقش البارحة مع بعض المدرِّسين، من المهم للغاية أن نزيل من مدرستنا هذا الشعور بالمقارنة، ومنح درجات أو علامات، والخوف من الامتحانات في آخِر المطاف...

تراك تدرس دراسة أفضل حين توجد حرية وسعادة وحين يوجد بعض الاهتمام. تعلمون جميعاً أنكم حين تلعبون ألعاباً وتؤدون أدواراً درامية، وحين تخرجون للتنزُّه وتنظرون إلى النهر، وحين تتمتعون جميعاً بالسعادة والصحة الطيبة، تتعلمون بسهولة أكبر بكثير. لكن عندما يوجد الخوف من المقارنة والدرجات

والامتحانات، تراكم لا تدرسون أو تتعلَّمون بالجودة عينها...

المدرِّس معنيٌّ فقط بوجوب اجتيازك الامتحانات والانتقال إلى الصف التالي، ويريدك والداك أن تتخطَّى إلى صف أعلى. لا ذاك ولا هؤلاء مهتمون بوجوب مغادرتك المدرسة وأنت إنسان ذكي لا خوف فيه.

-٢-

التنافس

سائل: أود ألا أكون تنافسيّاً، لكن كيف يمكن للمرء أن يعيش بلا تنافس في هذا المجتمع الممعن في التنافس؟

كريشنامورتي: كما ترى، نظن أن من المسلَّم به أننا يجب أن نعيش في هذا المجتمع المتنافس، ولذا توضع مسلَّمة ومنها ننطلق. ما دمت تقول: "يجب أن أعيش في هذا المجتمع المتنافس"، سوف تكون تنافسيّاً. هذا المجتمع استئثاري؛ إنه يعبد النجاح، وإذا أردت أيضاً أن تكون ناجحاً، فبالطبع يجب أن تكون تنافسيّاً. لكن المشكلة أعمق وأخطر بكثير من مجرَّد المنافسة. ماذا يكمن وراء الرغبة في التنافس؟ في كلِّ مدرسة، يعلِّموننا أن ننافس، أليس كذلك؟ ويتمثل التنافس في منح العلامات والمقارنة بين الصبي البليد والذكي، بالإشارة مرة تلو مرة إلى أن الصبي المسكين قد يصبح رئيساً أو مديراً لشركة General Motors... تعرفون القصة وما فيها. فلماذا نشدِّد على التنافس بكلِّ هذا الإصرار؟ ما المغزى

من وراء الأمر؟ لسبب واحد: المنافسة تقتضي الانضباط، أليس كذلك؟ يجب أن تسيطر وأن تمتثل وأن تطيع الأوامر وأن تكون مثل الآخرين جميعاً، إنما أفضل، فتراك تنضبط في سبيل النجاح. تتبَّعوا هذا رجاءً. حيثما يوجد تشجيع على التنافس، لا بدَّ أن توجد أيضاً عملية ضبط للذهن على نمط معيَّن من العمل، وأليست تلك إحدى طُرُق السيطرة على الصبي أو البنت؟ إذا أردت أن تصير شخصاً مرموقاً، فعليك أن تسيطر وتنضبط وتُنافِس. لقد رُبِّينا على ذلك، وترانا ننقله إلى أولادنا. مع ذلك، نتكلم على منح الطفل حرية البحث والاكتشاف!

التنافس يستر حال المرء الوجودية. إذا ابتغيت أن تفهم ذاتك، فهل تراك ستتنافس مع سواك، وهل ستقارن نفسك مع أيِّ شخص آخر؟ أتراك تفهم ذاتك بالمقارنة؟ أتراك تفهم أيَّ شيء بالمقارنة والحُكم؟ أتراك تفهم لوحة بمقارنتها بأخرى أم حين يكون فقط ذهنك على وعي تام باللوحة دون مقارنة؟

-٣-
التنافس يستر الخوف من الفشل فقط

أنت تشجع روح المنافسة في ابنك لأنك تريده أن ينجح حيث فشلت، وتريد أن تحقق ذاتك بواسطة ابنك أو وطنك. تراك تظن أن التقدُّم والتطور يُنال بالأحكام وبالمقارنة، لكنك متى تقارن وتتنافس؟ فقط عندما تكون غير واثق من نفسك، وعندما لا تفهم

نفسك، وعندما يوجد خوف في قلبك. فهمك ذاتك هو فهم سيرورة الحياة الكلِّية، ومعرفة الذات بداية الحكمة. لكن دون معرفة الذات ينعدم الفهم، ولا يوجد سوى الجهل، وإدامة الجهل ليست نموّاً.

- ٤ -

التنافس عبادة مظهر خارجي

ومنه، هل يتطلَّب الأمر منافسة ليفهم المرء نفسه؟ أويجب أن أتنافس معك حتى أفهم نفسي؟ ولماذا هذه العبادة للنجاح؟ الإنسان غير المبدع الذي ليس لديه شيء في ذاته، إنه الذي يسعى دوماً إلى الوصول آملاً أن يفوز وأن يصير شخصاً مرموقاً. وبما أن أكثرنا فقراء من الداخل ومنكوبون داخليّاً بالفقر، إننا ننافس من أجل أن نصير خارجيّاً أغنياء. إن الإظهار الخارجي للرفاهية وللمنصب وللسلطة وللنفوذ يبهرنا لأن ذاك ما نبتغيه.

- ٥ -

التعاون هو غياب التمركز على الذات

لا يمكن أن يوجد تعاون إلا حين نكون، أنا وأنت، كأننا لاشيء. تبيَّن ما يعنيه هذا، وتفكَّرْ في الأمر وتأمَّلْ فيه. لا تكتفِ بطرح الأسئلة فحسب. ماذا تعني حال اللّاشيئية هذه؟ ماذا نعني بها؟ نحن

نعرف فقط حالة نشاط الذات، النشاط المتمركز على الذات...

ومنه، نعلم أنه لا يمكن أن يوجد تعاون أساسي رغم وجود اقتناع سطحي من جراء الخوف والثواب والعقاب وما إلى ذلك؛ هذا ليس تعاوناً كما هو واضح.

لذا، عندما يوجد نشاط الذات بوصفه غايةً مقصودة، أو اليوتوبيا الموضوعة نصب العينين، ذاك ليس غير الدمار والانفصال، وليس هناك تعاون. ما الذي ينبغي للمرء أن يفعله إذا كان راغباً حقّاً، أو يريد حقّاً أن يتبيَّن، لا سطحيّاً بل حقّاً، فيحقق التعاون؟ إذا كنت تريد تعاوناً من زوجتك أو ولدك أو جارك، فكيف تبادر إلى ذلك؟ تبادر بأن تحبَّ الشخص. هذا واضح!

الحب ليس من بنات الذهن؛ الحب ليس فكرة. لا يمكن للحب أن يوجد إلا حين يكف نشاط الذات عن الوجود. لكنك تسمِّي نشاط الذات إيجابيّاً؛ ذاك الفعل الإيجابي يؤدي إلى الدمار والانفصال والبؤس والبلبلة، وهذه كلها تعرفها جيداً كلَّ المعرفة. مع ذلك، ترانا جميعاً نتكلم على التعاون والإخاء. في الأساس، نريد أن نتشبث بأنشطتنا الذاتية.

-٦-

هل يتعلق الأمر كله بي... أم بنا؟

ومنه، يجب على المرء الذي يريد حقّاً أن يتتبَّع حقيقة التعاون ويتبيَّنها أن يضع حتماً للنشاط المتمركز على الذات حدّاً نهائيّاً.

حين لا نكون، أنا وأنتم، متمركزين على ذواتنا، نحب بعضنا بعضاً؛ إذّاك نكون، أنا وأنتم، مهتمين بالعمل لا بالنتيجة أو بالفكرة، بل بالعمل. ويكون لدينا، أنا وأنتم، حبٌّ بعضنا لبعض. عندما يصطدم نشاطي المتمركز على ذاتي بنشاطك المتمركز على ذاتك، نُسقطُ إذّاك فكرةً نتشاجر عليها. سطحيّاً نبدو متعاونين لكننا نمسكَ بخناق بعضنا بعضاً طوال الوقت.

لذا، أن يكون المرء لا شيء ليس الحالة الواعية، وعندما نحب بعضنا بعضاً نتعاون ولا نفعل شيئاً عندنا فكرة عنه، ولكن في أيٍّ أمر ينبغي لنا فعله.

لو كنّا، أنا وأنت، نحبُّ بعضنا بعضاً، فهل تظن أن القرى المتسخة والقذرة كانت لتوجد؟ لو كنّا نحبُّ، لَتصرَّفنا، وما كنّا ننظِّر في الأخوة وما كنّا نتكلَّم عليها. من الواضح أنه لا يوجد دفء ولا قوت في قلوبنا، ولذا نتحدث عن كلِّ شيء. عندنا مناهج ومذاهب وأحزاب وحكومات وتشريعات. ترانا لا نعلم أن الكلمات لا تستطيع اقتناص حال الحب هذه.

كلمة حب ليست الحب. كلمة حب ليست سوى الرمز، ولا يمكن لها أن تكون الحق أبداً. لذا، لا تغرنَّكم كلمة حب تلك.

-٧-

اعرف متى لا تتعاون

عندما تعرف كيف تتعاون بسبب وجود هذه الثورة الداخلية، إذّاك

ستعرف أيضاً متى لا تتعاون، وهو أمر مهمٌّ للغاية حقّاً، ولعلَّه أهم. إننا نتعاون الآن مع أيِّ شخص يطرح إصلاحاً وتغييراً لا يؤدي إلا إلى إدامة النزاع والبؤس، لكننا إذا استطعنا أن نعرف ما هو الاتصاف بروح التعاون التي تتولَّد من فهم السيرورة الكلِّية للذات، فإن هناك إمكانية لخلق حضارة جديدة وعالم مختلف كليّاً ليس فيه استئثار ولا حسد ولا مقارنة. هذه ليست يوتوبيا نظرية، بل هي حال ذهنية فعلية تتقصَّى باستمرار وتسعى في ما هو حقيقي ومبارك.

٣

العمل: كيف تقرِّر؟

-١-
على حياتك ألّا تدمِّر سواك

ألا تريد أن تتبيَّن هل من الممكن أن تحيا في هذا العالم حياة غنية ممتلئة سعيدة خلّاقة دون باعث الطموح المدمِّر ودون منافسة؟ ألا تريد أن تعرف كيف تحيا على نحو لا تدمِّر فيه حياتُك سواك أو تلقي بظلِّها على دربه؟

نحن، كما ترى، نظن أن هذا حلم طوباوي لا يمكن تحقيقه في الواقع لكنني لا أتكلَّم عن اليوتوبيا، وإلا كان كلامي هراء. هل نستطيع، أنا وأنت، نحن الناس البسيطين والعاديين، أن نحيا في هذا العالم حياة خلّاقة من دون باعث الطموح الذي يتجلَّى بطُرُق مختلفة، كالرغبة في النفوذ والمنصب؟ لا بدَّ أن تجد الإجابة الصحيحة عندما تحب ما تفعله. إذا كنت مهندساً لمجرَّد أنك يجب أن ترتزق، أو لأن أباك أو مجتمعك يتوقع منك ذلك، فهذا نمط آخر

من الإكراه؛ والإكراه أيّاً ما كانت صورته يختلق تناقضاً ونزاعاً. بينما إن أحببت حقّاً أن تكون مهندساً أو عالِماً، أو إنْ كان في وسعك أن تغرس شجرة أو ترسم لوحة أو تكتب قصيدة، لا لتفوز بالاعتراف، بل لأنك تحب أن تفعل ذلك فقط، فإنك ستجد أنك لا تتنافس مع سواك أبداً. أحسب أن هذا هو المفتاح الحقيقي: أن تحبَّ ما تفعله.

-٢-
اكتشف ما تحب

لكنك عندما تكون في ريعان الصبا، يكون من الصعب جدّاً في الغالب أن تعرف ما تحب فعله، لأنك تريد أن تفعل أشياء كثيرة. تريد أن تكون مهندساً، سائق قاطرة، طيّار طائرة تشق كالسَّهم السماوات الزرقاء، أو ربما تريد أن تكون خطيباً مفوهاً أو سياسيّاً مشهوراً. قد تودُّ أن تكون فناناً أو صيدلانيّاً أو شاعراً أو نجّاراً. قد تريد أن تعمل برأسك، أو أن تفعل شيئاً بيديك. فهل أيٌّ من هذه الأمور هو ما تحب أن تفعله حقّاً، أو هل اهتمامك بها مجرَّد ردٍّ فعل على الضغوط الاجتماعية؟ كيف لك أن تتبيَّن الأمر؟ أليس القصد الحقيقي من التربية مساعدتك على تبيُّن الأمر، كي تستطيع أن تبدأ، وأنت تكبر، منحَ ذهنك وقلبك وجسمك كلِّه للأمر الذي تحب أن تفعله حقّاً؟

إن اكتشاف ما تحب أن تفعله يتطلَّب قدراً عظيماً من الفطنة، لأنك إذا كنت تخشى ألا تستطيع الارتزاق، أو ألا تتمكَّن من الانخراط في

هذا المجتمع المنتن، فلن تكتشف ذلك أبداً. غير أنك، إنْ لم تكن خائفاً وإنْ رفضت أن تنصاع للزجِّ بك في أخدود التقليد بدفع من والديك أو مدرِّسيك أو المطالب السطحية للمجتمع، فهناك إمكانية لاكتشاف ما تحب أن تفعله حقّاً. لذلك، حتى تكتشف، يجب أن ينعدم الخوف من عدم البقاء.

لكن أكثرنا يخشون ألا يبقوا على قيد الحياة. نقول: "ماذا سيحدث لي إذا لم أفعل ما يقوله والداي، وإذا لم أنحشر في هذا المجتمع؟". فبما أننا خائفون، ترانا نفعل ما نؤمَر به، وفي هذا لا يوجد حب؛ هناك تناقض فحسب. وهذا التناقض الداخلي هو أحد العوامل المؤدية إلى الطُّموح المدمِّر.

لذا، من الوظائف الأساسية للتربية أن تساعدك على معرفة ما تحب أن تفعله حقّاً، حتى تستطيع أن تمنحه ذهنك وقلبك كلَّه، لأن ذاك ما يخلق كرامة الإنسان، وما يكتسح الرداءة والذهنية البرجوازية الحقيرة. ولذلك تحديداً من المهم أن يتولّى تربيتك مدرِّسون صالحون...

-٣-
التدريس أنبل المهن

التدريس أنبل المهن... هذا إن جاز أن تُطلَق عليه تسمية مهنة أصلاً. إنه فنٌّ يتطلَّب ليس تحصيلاً عقليّاً فحسب، بل صبراً وحباً لا نهائيين. أن نكون متعلِّمين حقّاً هو فهم علاقتنا بالأشياء كلِّها – بالمال، بالممتلكات، بالناس، بالطبيعة – في حقل وجودنا الشاسع.

-٤-

الفوضى الهائلة

سائل: جاء في كتابك عن التربية أن التعليم الحديث فشل فشلاً ذريعاً. أتمنَّى عليك أن تشرح هذا.

كريشنامورتي: أليس فاشلاً، يا سيدي؟ عندما تخرج إلى الشارع تبصر الفقير والغني، وعندما تنظر حولك ترى جميع مَن يُسمَّون أناساً متعلِّمين في أنحاء العالم وهم يتشاحنون ويتقاتلون ويقتتلون في الحروب. توجد الآن معرفة علمية كافية لتمكيننا من توفير الطعام والملبس والمأوى للبشر أجمعين، ومع ذلك لم يتم الأمر. السياسيون وغيرهم من القادة في جميع العالم أناس متعلِّمون وعندهم ألقاب ودرجات وقلانس وجبائب. إنهم أطباء وعلماء ومع ذلك لم يخلقوا عالماً في وسع الإنسان أن يعيش فيه بسعادة. إذن، فشل التعليم الحديث أليس كذلك؟ وإذا كنت راضياً عن تحصيلك بالطريقة البالية عينها، فلا بدَّ أن تجعل الحياة نهباً لمزيد من الفوضى.

-٥-

هل أنت عجينة؟

سائلة: هل لي أن أعرف لماذا يجب ألا ننصاع لخطط أهالينا بما أنهم يريدوننا أن نكون صالحين؟

كريشنامورتي: لماذا يجب أن تنصاعي لخطط والديك مهما كانت قيِّمة

ونبيلة؟ أنتِ لستِ مجرَّد عجينة ولا مادة هلامية لتوضع في قالب. وإذا وُضِعْتِ في قالب، فماذا يحدث لك؟ تصيرين ما يسمَّى فتاة صالحة، أو فتى صالحاً، وماذا بعد؟ هل تعرفين ماذا يعني أن تكوني صالحة؟ الصلاح ليس مجرَّد فعل ما يقوله المجتمع أو والداك. الصلاح أمر مختلف كليّاً، أليس كذلك؟ لا يتولَّد الصلاح إلا حين تمتلك الفطنة، وعندما تكون مفعماً حبّاً، وعندما ينعدم فيك الخوف. لا يمكنك أن تكون صالحاً إذا كنت خائفاً. بإمكانك أن تصير محترماً بفعلك ما يطالبك به المجتمع، إذّاك يسبغ عليك المجتمع إكليلاً، ويقول لك كم أنت شخص صالح، لكن مجرَّد كونك محترماً لا يعني أنك صالح.

كما ترون، عندما نكون صغاراً، لا نريد أن ننحشر في قالب، وفي الوقت نفسه نريد أن نكون صالحين. نريد أن نكون لطيفين وحلوين ومُراعين ونفعل أشياء لطيفة، لكننا لا نعرف ما يعنيه الأمر برمَّته، ونحن "صالحون" لأننا خائفون. يقول آباؤنا: "كن صالحاً"، وأكثرنا صالحون، لكن مثل هذا "الصلاح" ما هو إلا العيش طبقاً للخطط التي وضعوها لنا.

-٦-
ما هي سُبُل العيش السليمة؟

سائل: ما أسُس سُبُل العيش السليمة؟ كيف يمكنني أن أتبيَّن هل ارتزاقي سليم، وكيف لي أن أجد سبيل عيش سليماً في مجتمع طالح من أساسه؟

كريشنامورتي: في مجتمع طالح من الأساس، يتعذر وجود سُبُل عيش سليمة. ماذا يحدث في أنحاء العالم في الوقت الحاضر؟ مهما كانت أسباب الرزق المتاحة لنا، تراها تجرُّنا إلى الحرب والبؤس والدمار العميم، وهو واقع جلي. كلُّ ما نفعله يؤدي حتماً إلى النزاع والانحلال والقسوة والأسى. المجتمع الحالي طالح من الأساس. أليس قائماً على الحسد والكراهية والرغبة في النفوذ؟ لا مناص لمجتمع كهذا من أن يختلق سُبُل عيش طالحة، من نحو الجندي والشرطي والمحامي. إنها، بحُكم طبيعتها بالذات، عوامل تفكيك في المجتمع؛ وكلَّما ازداد عدد المحامين ورجال الشرطة والجنود، كان انحلال المجتمع أوضح للعيان. ذاك ما يحدث في جميع العالم: هناك المزيد من الجنود ورجال الشرطة والمحامين، وبطبيعة الحال يصحبهم رجل الأعمال. لا بدَّ من تغيير ذلك من أجل تأسيس مجتمع سليم، وترانا نظن أن هذه المهمَّة من المُحال. إنها ليست كذلك، لكن ذلك منوط بنا، أنا وأنت. ففي الوقت الحاضر، مهما كانت أسباب الرزق التي نعتمدها، إمَّا أن تسبِّب بؤس الآخرين، وإمَّا أن تؤدي إلى الدمار النهائي للجنس البشري، الأمر الذي يتبدَّى في حياتنا اليومية. كيف يمكن لذلك أن يُغيَّر؟ لا يمكن تغييره إلا حين نكفُّ، أنا وأنت، عن السعي في طلب النفوذ، فلا نحسد ولا نمتلئ بالكره والعداء. حين تحدث في علاقتك تحوُّلاً، أنت بذلك تساعد على خلق مجتمع جديد، مجتمع فيه أناس غير مقيَّدين بالموروث، ولا يطلبون أيَّ شيء لأنفسهم، لا يسعون في طلب النفوذ، لأنهم أغنياء في الباطن، ووجدوا الحق.

وحده الإنسان الذي يطلب الحق لذاته بمقدوره أن يخلق مجتمعاً جديداً. وحده الإنسان المحب بمقدوره إحداث تحوُّل في العالم.

-٧-
ابذل قصارى جهدك: لا بدَّ لك من الطعام

أعلم أن هذه ليست إجابة مُرضية للشخص الذي يريد أن يتبيَّن ما هو الارتزاق السليم ضمن البنيان الحالي للمجتمع. يجب أن تبذل قصارى جهدك في البنيان الحالي للمجتمع: أن تصبح مصوراً أو تاجراً أو محامياً أو شرطيّاً أو أيّاً ما كان. لكنك إن فعلت، فكنْ على وعي بما تفعل. كن ذكيّاً وواعياً وعلى دراية تامة بما تسهم في إدامته. تعرَّف إلى بنيان المجتمع بأسره وبفساده وبكراهيته وبحسده. وإذا لم تنصعْ بالذات لهذه الأمور، فربما يصير في مقدورك أن تخلق مجتمعاً جديداً. لكنك بمجرَّد أن تسأل ما هو الارتزاق السليم، هذه المسائل جميعاً تكون حتماً ماثلة أمامك، أليس كذلك؟ أنت غير راضٍ عن سبيل عيشك؛ تراك تريد أن تُحسَد وأن تكون نافذاً وأن تتمتع بوسائل راحة ورفاهية أعظم وبالمنصب والسلطة، وأنت في النتيجة تخلق أو تصون حتماً مجتمعاً يحتِّم الدمار على الإنسان ونفسك.

إذا رأيت بوضوح سيرورة التدمير تلك في طريقة ارتزاقك، وإذا رأيت أنها حصيلة سعيك لكسب الرزق، فمن الواضح أنك ستجد الوسائل السليمة لجني المال. لكنك أولاً يجب أن ترى صورة

المجتمع كما هو: مجتمع متحلِّل فاسد، وعندما تراه بوضوح تام، إذّاك سوف تأتيك وسائل كسب عيشك. لكنك أولاً يجب أن ترى الصورة، وأن ترى العالم كما هو، بانقساماته القومية، وبأفعال قسوته ومطامحه وصنوف كراهيته وسيطرته. عند ذاك، وأنت تراه بوضوح أكبر، ستجد أن وسيلة رزق سليمة تتولَّد، وليس عليك أن تسعى في طلبها. لكن الصعوبة عند أكثرنا أن عندنا من المسؤوليات ما يفوق طاقتنا: آباء وأمَّهات ينتظرون منَّا كسب المال ودعمهم. ولمَّا كان من الصعب الحصول على وظيفة، والمجتمع هو ما هو في الوقت الحاضر، فإن أيَّ وظيفة تكون موضع ترحيب؛ وبذلك نسقط في آلية المجتمع. لكن أولئك الذين ليسوا مرغمين إلى هذا الحد، الذين ليسوا بحاجة من فورهم إلى وظيفة، ويمكنهم في النتيجة النظر إلى الصورة بأسرها، أولئك هم المسؤولون. لكن، كما ترون، أولئك الذين ليسوا معنيين بوظيفة فورية عالقون في شيء آخر؛ إنهم معنيون بتوسُّعهم الذاتي وبوسائل راحتهم وبرفاهياتهم وبتساليهم. عندهم وقت لكنهم يبدِّدونه. وأولئك الذين عندهم الوقت مسؤولون عن تغيير المجتمع. ينبغي لأولئك الذين ليسوا مضغوطين فوراً لكسب الرزق أن يهتموا حقّاً بمشكلة الوجود بأسرها، وألا يتورطوا في مجرَّد العمل السياسي وأنشطة سطحية. ينبغي لأولئك الذين عندهم الوقت وما يسمَّى وقت الفراغ أن يسعوا في طلب الحقيقة، لأنهم الذين يستطيعون إحداث ثورة في العالم وليس الرجل الخاوي المعدة. لكن، لسوء الحظ، أولئك الذين عندهم وقت فراغ ليسوا مهمومين بالأبدي. إنهم منشغلون

بملء وقتهم. لذا هم أيضاً سبب للبؤس والبلبلة في العالم. ومنه، ينبغي للّذين يستمعون منكم وعندهم القليل من الوقت أن يولوا تفكيرهم هذه المشكلة وينظروا فيها، وبتحوُّلك سوف تُحدِث ثورةً عالمية.

-٨-
ما هي سُبُل العيش؟

ماذا نعني بسُبُل العيش، أيها السادة؟ إنها تأمين احتياجات الفرد - المأكل، الملبس، المأوى - أليس كذلك؟ تنشأ صعوبة العيش فقط عندما نستعمل أساسيات الحياة، المأكل والملبس والمأوى، وسيلةً للعدوان النفسي. بعبارة أخرى: عندما نستعمل الاحتياجات والضروريات وسيلةً لتضخيم الذات، مستخدمين الأساسيات بوصفها توسيعاً نفسيّاً للذات.

-٩-
أدِّ دينك للمجتمع

كلُّ ما في وسع المرء أن يفعله، إنْ كان جديّاً، وإنْ كان ذكيّاً بخصوص هذه السيرورة برمَّتها، هو أن يرفض حالة الأمور الراهنة ويعطي المجتمع كلَّ ما هو قادر عليه. أي أنك، سيدي، تتقبَّل من المجتمع المأكل والملبس والمأوى، ويجب عليك أن تعطي

المجتمع شيئاً لقاء ذلك...

الآن، ماذا تعطي المجتمع؟ ما هو المجتمع؟ المجتمع علاقة مع واحد أو كثيرين؛ إنه علاقتك مع سواك. ماذا تعطي الآخر؟ هل تعطي شيئاً ما لسواك بالمعنى الحقيقي للكلمة، أو تتقاضى أجراً لقاء شيء ما فقط؟

أنت غير متَّكل على سواك لتلبية حاجاتك النفسية، وعند ذاك فقط يمكن لك أن تتخذ وسائل العيش السليمة.

لعلك تقول إن هذه كلّها إجابة معقدة للغاية، لكنها ليست كذلك. ليس لدى الحياة إجابة بسيطة. فمن الواضح أن المرء الذي يبحث عن إجابة بسيطة للحياة هو صاحب ذهن بليد وغبي. ليس للحياة خلاصة أو نمط معيَّن؛ الحياة حيَّة مغيِّرة متغيِّرة...

إذا كانت علاقتك علاقة حاجة لا جشع، فستجد وسائل العيش السليمة أينما كنت، حتى عندما يكون المجتمع فاسداً.

-١٠-

العمل الحقيقي للإنسان اكتشاف الحقيقة

إذن، ما العمل الحقيقي للإنسان؟ بالتأكيد العمل الحقيقي للإنسان هو اكتشاف الحقيقة أو الله؛ إنه الحب، وليس الوقوع في فخ أنشطته المسوِّرة للذات. إن اكتشاف ما هو حقيقي بحد ذاته يولد الحب، وذاك الحب في علاقة الإنسان بالإنسان سوف يخلق حضارة مختلفة وعالماً جديداً.

٤

ما أساس العمل السليم؟

-١-
لماذا نغيِّر أنفسنا أصلاً؟

بادئ ذي بدء، لماذا نريد تغيير "الموجود" أو إحداث تحوُّل؟ لماذا؟ لأن ما نحن عليه لا يرضينا؛ إنه يختلق الصراع والقلاقل. وإذ نمقت تلك الحالة، ترانا نريد شيئاً أفضل وأنبل وأكثر مثالية. لذا، نحن نرغب في التحوُّل لأن هناك ألماً وقلة ارتياح ونزاعاً.

-٢-
أول الأسباب أننا ضجرون

تتصف أنشطة الذات برتابة مرعبة. الذات ضجرة؛ إنها في جوهرها موهِنة وبلا طائل وغير مجدية. إن رغباتها المتعارضة والمتضاربة وآمالها وإحباطاتها ووقائعها وأوهامها هي أمور آسرة، ومع ذلك

فارغة. أنشطتها تؤدي إلى إنهاكها. ما فتئت الذات تتسلَّق وتهوي، وما فتئت تسعى وتُحبَط، وما فتئت تكسب وتخسر. ومن هذه الجولة المنهِكة من العبث، تراها ما فتئت تحاول أن تفلت. إنها تفلت عبر النشاط الخارجي أو أوهام مُرضِية: الشراب، الجنس، الراديو، الكتب، المعرفة، التسالي... وما إلى ذلك. قدرتها على توليد الوهم معقدة وهائلة.

-٣-
مشكلة الذات لا تُحَلُّ بالهرب

تُطلَب الغفلة عن الذات في الداخل والخارج. بعضهم يلجؤون إلى الدين، وبعضهم إلى العمل والنشاط. ولكن لا وسيلة للغفلة عن الذات. يمكن للضوضاء الداخلية أو الخارجية أن تقمع الذات لكنها سرعان ما تبرز مرة أخرى في صورة مختلفة، لأن ما قُمِعَ لا بدَّ أن يجد متنفَّساً. إن الغفلة عن الذات بالشراب أو الجنس، أو العبادة أو المعرفة، يؤدي إلى الاتِّكال، وما تتَّكل عليه يختلق مشكلة.

-٤-
ما من مشكلة قابلة للحلِّ على مستواها

ستظل المشكلات موجودة دوماً حيثما تكون أنشطة الذات غالبة.

ووعي أيِّ الأنشطة أنشطة الذات وأيِّها ليست كذلك يحتاج إلى تيقُّظ مستمر...

لا تُحَلُّ مشكلةٌ أبداً على مستواها. بما أنها معقدة، يجب أن تُفهَم ضمن سيرورتها الكلِّية. إن محاولة حلِّ مشكلة على مستوى واحد فقط، أكان مادياً أم نفسياً، تؤدي إلى مزيد من النزاع والبلبلة. لحلِّ أيِّ مشكلة لا بدَّ من وجود هذا الوعي، وهذا التيقُّظ الساكن الذي يكشف عن سيرورتها الكلِّية.

-٥-

موقف الشباب في العلاقة مع المشكلات

لا أحسب أن بالإمكان الفصل بين مشكلات الشباب والكهولة والشيخوخة. ليس عند الشباب من مشكلة خاصة. قد يبدو الأمر على ذلك النحو لأن الشباب بدؤوا حياتهم للتو. فإمَّا أن نجعل حياتنا مرتعاً للفوضى منذ الانطلاق، وبذلك نَعْلَقُ في مستنقع من المشكلات والشكوك وصنوف السخط واليأس، وإما حين نكون في ريعان الصبا – أعتقد أن ذاك هو ربما الوقت الوحيد – نضع الأساس السليم...

لذا، يبدو لي أنه حين يكون المرء شابّاً وغير ملتزم بأُسرة ووظيفة وجميع الأنشطة وصنوف البؤس، عندئذٍ بالذات يمكن له أن يبدأ بذر بذرة تزهر طوال حياته بدلاً من الضياع في مساعي حياتنا اليومية العبثية والقليلة المعنى.

-٦-
قولبة الذهن هي الإشراط

كما تعلمون، يقال لنا دوماً ما يجب أن نفكر فيه وما لا يجب. الكتب، المدرِّسون، أولياء الأمور، المجتمع من حولنا، يقولون جميعاً ما يجب أن نفكر فيه، لكنهم لا يساعدوننا أبداً في معرفة كيفية التفكير. معرفة ما يجب التفكير فيه سهلة نسبيّاً، لأن أذهاننا منذ الطفولة المبكرة مشروطة بالكلمات وبالعبارات وبالمواقف الراسخة والأحكام المسبقة. لا أدري هل لحظت كم هي ثابتة أذهان أكثر كبار السن؛ إنها جامدة مثل الصلصال في قالب، ومن الصعب للغاية اختراق هذا القالب. قولبة الذهن هذه هي الإشراط.

-٧-
حلُّ المشكلات والعمل السليم هما الإصغاء إلى الحياة وهي تتغير، وليس حفظ القواعد

إن الفهم هو الخلّاق، وليس الذاكرة أو الاستذكار. الفهم هو العامل المحرِّر لا الأشياء التي اختزنتَها في ذهنك...

الحياة شيء تصغي إليه، شيء تفهمه من لحظة إلى أخرى، من غير أن تُراكِمَ الخبرة... مثل النهر الحياة تجري رشيقةً متقلِّبة ولا تسكن أبداً. وعندما تقابل الحياة مثقلاً بعبء الذاكرة، من الطبيعي

ألا تكون أبداً على تماسٍ مع الحياة... لا يوجد شيء جديد ما دمنا مثقلين بعبء الذكريات. وبما أن الحياة جديدة أبداً، لا نستطيع فهمها. لذلك إن عيشنا مضجِر جدّاً. ترانا نصير خاملين، ونغدو ذهنيّاً وبدنيّاً بدينين وقبيحين.

—٨—

العمل الصحيح ليس الطاعة (هذا لا يعني تجاهُل قوانين السير والكياسة والخير العام)

مهما يكن عمرنا، فإن أكثرنا يطيعون ويتبعون وينسخون، لأننا في باطننا خائفون من غياب اليقين. نريد أن نكون على يقين ماليّاً أو معنويّاً. نريد أن ننال الموافقة علينا. نريد أن نكون في وضع آمِن ومسوَّرين ولا نواجه أبداً المتاعب والألم والشقاء... إن الخوف من العقاب هو الذي يمنعنا من فعل شيء يضرُّ بالآخرين.

—٩—

افهم بنفسك جميع مشكلات الحياة

عندما نصبح أكبر ونغادر المدرسة بعد تلقينا التعليم المزعوم، علينا أن نواجه مشكلات كثيرة. ما هي المهنة التي ينبغي لنا أن نختارها حتى نتمكَّن فيها من تحقيق أنفسنا ونكون سعيدين؟ في أيِّ دعوة

مهنية أو وظيفة سوف نشعر أننا لا نستغل الآخرين أو نقسو عليهم؟ علينا أن نواجه مشكلات الشقاء والنكبات والموت. علينا أن نفهم المجاعات والاكتظاظ السكاني والجنس والألم واللذة. علينا أن نتعامل مع الكثير من الأمور المبلبِلة والمتناقضة في الحياة: المشاحنات بين الإنسان والإنسان، بين الرجل والمرأة، النزاعات في الداخل والصراعات في الخارج. علينا أن نفهم الطُّموح والحرب والروح العسكرية... وذلك الشيء الخارق المسمَّى سلاماً، وهو أمر حيوي أكثر بكثير مما ندرك. علينا أن نحيط بمغزى الدِّين، وهو ليس مجرَّد التكهنات أو عبادة الصور، وأيضاً ذلك الشيء الغريب والمعقَّد للغاية الذي يسمَّى الحب. علينا أن نكون حساسين لجمال الحياة وللطائر في طيرانه، وكذلك للشحاذ ولبؤس الفقراء وللمباني الشنيعة التي أقامها الناس، وللطريق القذر وللمعبد الأقذر منه. علينا أن نواجه جميع هذه المشكلات. علينا أن نواجه مسألة مَن نتبع أو لا نتبع، وهل يجوز لنا أن نتبع أيَّ أحد أصلاً.

أكثرنا مهتمون بإحداث تغيير طفيف هنا وهناك، وبذلك نحن راضون. كلَّما تقدَّمنا في العمر، قلَّت رغبتنا في أيِّ تغيير عميق وأساسي، لأننا خائفون. ترانا لا نفكِّر في مفردات التحوُّل الكلِّي، بل في مفردات التغيير السطحي فقط. وإذا أمعنتَ النظر في الأمر، فستجد أن التغيير السطحي ليس تغييراً على الإطلاق. إنه ليس ثورة جذرية، بل مجرَّد استمرارية معدَّلة لما كان من قبل. جميع هذه الأمور يجب عليك أن تواجهها: من سعادتك وبؤسك إلى سعادة كثيرين وبؤسهم، ومن مطامحك ومساعيك الذاتية الأنانية

إلى مطامح الآخرين ودوافعهم ومساعيهم. عليك أن تواجه التنافس والفساد في نفسك وفي الآخرين، وتدهور الذهن، وخواء القلب. عليك أن تعرف هذا كلّه، وأن تواجهه وتفهمه بنفسك.

-١٠-
ما من مفكّر حلّ لك مشكلاتك

التفكير لم يحل مشكلاتنا. الأذكياء، الفلاسفة، الفقهاء، القادة السياسيون، لم يحلوا أيّاً من مشكلاتنا الإنسانية، وهي العلاقة بينك وبين الآخر، بينك وبيني.

-١١-
الفطنة هي التحرُّر من الذات

الفطنة ممكنة فقط حين يوجد تحرُّر حقيقي من الذات، من "الأنا"، أي حين لا يعود الذهن مركز الطلب على "المزيد"، ولا يعود عالقاً في الرغبة في الخبرة الأعظم والأوسع والأكثر توسُّعاً.

-١٢-
لا تقابل العنف بالعنف

حين تغادرون المدرسة وتلتحقون بالجامعة، فتواجهون العالم

في وقت لاحق، يبدو لي أن المهم هو رفض الرضوخ أو حني رؤوسكم للمؤثرات شتى، بل ملاقاتها وفهمها كما هي، ورؤية مغزاها وقيمتها الحقيقيين، بروح لطيفة تصاحبها قوة داخلية عظيمة لن تختاق المزيد من الشقاق في العالم.

الباب الرابع

العلاقات

١

ما هي العلاقة؟

- ١ -
هل نحن على علاقة... أو صورنا فحسب؟

ماذا نعني بكلمة علاقة؟ هل نحن على علاقة أصلاً بأيٍّ شخص، أو العلاقة هي بين صورتين اختلقناهما، كلٌّ عن الآخر؟ عندي صورة عنك، وعندك صورة عني. عندي صورة عنك بوصفك زوجتي أو زوجي، أو أيّاً كان، وعندك صورة عني أيضاً. العلاقة قائمة بين هاتين الصورتين ولا شيء غير ذلك. لا يمكن لعلاقة أن تقوم مع آخر إلا في حال انعدام الصور. عندما أستطيع أن أنظر إليك وتستطيع أن تنظر إليَّ من دون صورة الذاكرة والإهانات... وما إليها، توجد علاقة، لكن طبيعة الراصد بالذات هي الصورة، أليس كذلك؟ صورتي ترصد صورتك إن أمكن رصدها أصلاً، وتسمَّى هذه علاقة، لكنها بين صورتين، علاقة معدومة لأن كلا طرفيها مجرَّد صورة. أن تكون على علاقة يعني أن تكون على

اتصال. والاتصال يجب أن يكون أمراً مباشراً لا بين صورتين. يتطلَّب الأمر قدراً كبيراً من الانتباه ووعياً حتى أنظر إلى الآخر من دون الصورة التي عندي عن ذلك الشخص، إذ الصورة هي ذاكرتي عن ذاك الشخص: كيف أهانني، أمتعني، منحني اللذة... هذا أو ذاك. لا توجد علاقة إلا حين تنعدم الصور بين الاثنين.

-٢-
العلاقة ليست الاتّكال

الآن عند أكثرنا تقوم العلاقة مع الآخر على الاتِّكال اقتصاديّاً أو نفسيّاً. هذا الاتِّكال يختلق الخوف ويولِّد فينا الاستئثار ويؤدي إلى الاحتكاك والريبة والإحباط. ربما أمكن القضاء على الاتِّكال الاقتصادي على الآخر عبر التشريع والتنظيم المناسب، لكنني أشير خصوصاً إلى ذلك الاتِّكال النفسي على الآخر الذي هو حصيلة التحرُّق إلى الرضا والسعادة الشخصيين وهلم جراً. يشعر المرء، في هذه العلاقة التملُّكية، أنه اكتسب غنًى وإبداعاً ونشاطاً، ويشعر أن شعلة وجوده الصغيرة يزيدها الآخر ضياءً. ومنه، حتى لا يفقد المرء مصدر الاكتمال هذا، تراه يخشى فقدان الآخر، ثم تتولَّد المخاوف الاستئثارية بكلِّ ما ينجم عنها من مشكلات. بذلك، في هذه العلاقة القائمة على الاتِّكال النفسي، لا مناص دوماً من وجود خوف وريبة، واعية أو غير واعية، غالباً ما تستتر وراء الكلمات المنمَّقة. إن ردَّ الفعل على هذا الخوف يدفع بالمرء أبداً إلى البحث عن الأمان والإغناء عبر قنوات شتى، أو

الانعزال في الأفكار والمُثُل العليا، أو السعي في إيجاد بدائل عن الرضا.

رغم أن المرء متَّكل على الآخر، لا تزال هناك رغبة في أن يكون غير قابل للانتهاك، وأن يكون مكتفياً بذاته. المشكلة المعقدة في العلاقة هي كيفية الحب دون اتِّكال، ودون احتكاك ونزاع: كيفية قهر الرغبة في الانعزال، وفي الانسحاب من سبب النزاع. إذا اتَّكلنا في سعادتنا على الآخر، المجتمع أو البيئة، فستغدو هذه ضرورية لنا، فنتشبَّث بها ونعارض بعنف أيَّ تبديل فيها لأننا نتَّكل عليها من أجل سلامتنا وراحتنا النفسية. فمع أننا قد ندرك عقليّاً أن الحياة سيرورة متواصلة من التدفق والطفرات، وتحتِّم تغيُّراً مستمرّاً، فإننا نتشبَّث عاطفيّاً أو شعوريّاً بالقيم الراسخة والمريحة. ومنه، تنشب معركة مستمرة بين التغيير والرغبة في الديمومة. فهل من الممكن وضع حدٍّ لهذا النزاع؟

ـ٣ـ

هل بإمكاننا أن نحب ومع ذلك لا نتملَّك؟

لا يمكن للحياة أن توجد بلا علاقة، لكننا جعلناها شديدة التعذيب والشناعة، إذ أقمناها على الحب الشخصي التملُّكي. فهل بإمكان المرء أن يحب ومع ذلك لا يتملَّك؟ سوف تجد الجواب الحقيقي لا في الهرب أو المُثُل العليا أو المعتقدات، إنما عبر فهم أسباب الاتِّكال والاستئثار. إنْ أمكن للمرء أن يفهم مشكلة العلاقة بينه وبين الآخر فهماً عميقاً، فلربَّما يتاح لنا أن نفهم مشكلات علاقتنا

بالمجتمع ونحلّها، لأن المجتمع ليس غير امتداد لأنفسنا.

– ٤ –

العلاقات الشخصية تخلق المجتمع كلّه

الأجيال الماضية هي التي خلقت البيئة التي نسمِّيها المجتمع. ونحن نتقبَّل ذلك، إذ إنه يساعدنا على الحفاظ على جشعنا واستئثارنا ووَهْمِنا. في هذا الوهم، لا يمكن أن توجد وحدة أو سلام. محض الوحدة الاقتصادية المستتبَّة بالإكراه والتشريع لا يمكن له أن ينهي الحرب. فما دمنا لا نفهم العلاقة الفردية، ليس في مقدورنا أن نحصل على مجتمع مُسالِم. ولمَّا كانت علاقتنا قائمة على الحب المستأثر، فلا بدَّ لنا أن نعي في أنفسنا نشأته وأسبابه وأفعاله. ولدى الوعي العميق بسيرورة الاستئثار وبعنفها ومخاوفها وردود فعلها، ينبثق فهمٌ يتصف بالكلِّية وبالتمام. وحده هذا الفهم يحرِّر الفكر من الاتِّكال والاستئثار. ففي باطن المرء، يمكن العثور على ذلك التناغم في العلاقة لا في الآخر ولا في البيئة.

– ٥ –

تطلَّعْ إلى ذاتك، وليس إلى الآخر، لحلِّ النزاعات

في العلاقة السبب الرئيسي للاحتكاك هو ذات المرء، الذات التي هي المركز الموحَّد للشوق. حسبنا أن ندرك أن الطريقة التي

يتصرَّف بها الآخر ليست مناط الأهمية، بل كيف يفعل كلٌّ واحد منَّا ويردُّ الفعل، وإذا أمكن فهم ردِّ الفعل والفعل ذاك فهماً أساسيّاً وعميقاً، فإن العلاقة ستكابد تغيُّراً عميقاً وجذريّاً. في هذه العلاقة مع الآخر، لا توجد المشكلة الجسدية فحسب، بل مشكلة الفكر والشعور على جميع المستويات أيضاً، ويمكن للمرء أن ينسجم مع الآخر فقط حين يكون منسجماً انسجاماً متكاملاً مع نفسه. في العلاقة الشيء المهم الذي يجب أن يوضع في الحسبان ليس الآخر، بل المرء ذاته، الأمر الذي لا يعني أنه يجب على المرء أن يعتزل، بل أن يفهم في ذاته بعمق علَّة النزاع والأسى. فما دمنا متَّكلين على الآخر في رفاهنا النفسي، عقليّاً أو عاطفيّاً، لا بدَّ أن يختلق ذلك الاتِّكال حتماً الخوف الذي ينشأ عنه الأسى.

-٦-
الحياة هي العلاقة مع الأشياء والناس والأفكار

الحياة هي العلاقة مع الأشياء والناس والأفكار، وإذا لم نلاقِ هذه العلاقات على الوجه السليم ملاقاةً تامَّة، فإن نزاعات تنشأ من وَقْع التحدي.

-٧-
مرآة العلاقة

العلاقة بالتأكيد هي المرآة التي تكتشف فيها ذاتك. بلا علاقة أنت

غير موجود؛ الوجود هو أن تكون على علاقة؛ العلاقة هي الوجود. وأنت موجود فقط في العلاقة. خلاف ذلك أنت غير موجود والوجود لا معنى له. أنت لا توجد لأنك تفكر أنك موجود. أنت موجود لأنك على علاقة، وغياب فهم العلاقة هو الذي يسبِّب النزاع.

-٨-

مفتاح السعادة هو معرفة الذات في العلاقة

أنت بصدد فهم ذاتك بالفعل في مرآة أفكارك، وفي مرآة العلاقة... أشعر أن السعادة تكمن في أيدينا، ومفتاح تلك السعادة هو معرفة الذات؛ ليس معرفة الذات وفق فرويد أو يونگ أو شنكرا[١] أو أيِّ شخص آخر، بل معرفة الذات باكتشافك أنت في علاقتك من يوم إلى يوم... بالرصد، وبوعي عديم الجهد لحركة فكرك من يوم إلى يوم، وأنت تستقل حافلة، وأنت تركب سيارة، وأنت تكلِّم زوجتك وأطفالك وجارك... برصد ذلك كلِّه كما لو في مرآة، تبدأ اكتشاف كيف تتكلَّم، وكيف تفكر، وكيف تردُّ الفعل، وستجد أنك بفهم نفسك تمتلك شيئاً لا يمكن العثور عليه في الكتب، ولا في الفلسفات، ولا تعاليم أيِّ گورو.

١ شنكرا (أوائل القرن الثامن): حكيم ولاهوتي هندي، مؤسِّس مذهب اللاثنوية المطلقة في الهندوسية استناداً إلى أسفار الأوپانيشاد. (المترجم)

-٩-
أوقفْ آلة صنع الصور

ومنه، إن إقامة علاقة سليمة هو تدمير الصورة... عليك أن تدمِّر الآلة التي تختلق الصورة: الآلة الموجودة فيك والآلة الموجودة في الآخر. وإلا فقد تدمِّر صورةً واحدة، وستختلق الآلة صورة أخرى.

-١٠-
كيف تبدأ الصورة والرأي؟

يتعيَّن على المرء أن يتوغل، فيتبيَّن كيف تتولَّد الصورة وهل الممكن إيقاف الآلية التي تختلقها. إذّاك فقط تقوم علاقة بين البشر. لن تكون بين صورتين وهما كيانان ميتان. الأمر بسيط للغاية. أنت تجاملني وتحترمني، وعندي صورة عنك، بالإهانة أو الإطراء. عندي تجربة: ألم، موت، بؤس، نزاع، جوع، وحشة. ذاك كلُّه هو ما يختلق صورة فيَّ. أنا تلك الصورة. لا بمعنى أنني الصورة، ولا بمعنى أن تلك الصورة وأنا مختلفان، إنما بمعنى أن "الأنا" هي تلك الصورة. المفكِّر هو تلك الصورة. المفكِّر هو الذي يختلق الصورة. عن طريق ردود استجاباته وردود فعله - بدنية، نفسية، عقلية... إلخ - يختلق المفكِّر الراصد المختبِر تلك الصورة عبر الذاكرة والفكر. لذا إن الآلة هي التفكير، والآلة تأتي إلى حيز الوجود بواسطة

الفكر. والفكر ضروري، وإلا لن تستطيع الوجود.

لذا، تبيَّن المشكلة أولاً. الفكر يختلق المفكِّر. يبدأ المفكِّر اختلاق الصورة عن ذاته... يختلق الصورة ويعيش فيها. لذا إن التفكير هو بداية هذه الآلية. لعلَّك ستقول: "كيف يمكنني إيقاف التفكير؟". لا يمكنك. لكن بإمكان المرء أن يفكِّر ولا يختلق الصورة.

-١١-
الآراء مجرَّد صور

بطبيعة الحال، لا توجد علاقة بين صور. إنْ كان عندك رأيٌ فيَّ وعندي رأيٌ فيك، فكيف يمكن لنا أن نقيم أيَّ علاقة؟ توجد العلاقة فقط عندما تكون حرَّة، وعندما يوجد تحرُّر من تشكيل الصور هذا.

-١٢-
صورة الذات تؤدي إلى الألم

لماذا تتأذَّى؟ إنها أهمية الذات، أليس كذلك؟ ولماذا هناك أهمية ذاتية؟

لأن عند الفرد فكرة، ورمزاً إلى نفسه، وصورةً عن ذاته، وما ينبغي له أن يكون عليه، وما هو عليه أو ما لا ينبغي له أن يكون عليه.

لماذا يختلق المرءُ صورةً عن ذاته؟ ما يوقظ الغضب أن مثلنا الأعلى، الفكرة التي عندنا عن ذاتنا، تتعرَّض للهجوم. وفكرتنا عن ذاتنا هي هربنا من واقع ما نحن عليه. لكنك حين ترصد واقعة ما أنت عليه فعليّاً، ليس في مستطاع أحد أن يؤذيك. عند ذاك، إذا كان المرء كاذباً وقيل له أنه كاذب، فهذا لا يعني أنه قد تأذى؛ إنه واقع الأمر.

٢

الحب، الرغبة، الجنس، الاتِّكالية

- ١ -
حيثما توجد اتّكالية وتعلُّق، ينعدم الحب

إذن، نفسيّاً علاقاتنا قائمة على الاتِّكال، وذاك سبب الخوف. المشكلة ليست في كيفية تجنب الاتّكال، وإنما فقط في رؤية واقع أننا متَّكلون. حيثما يوجد تعلُّق، ينعدم الحب. فلأنك لا تعرف مَن تحب، تراك تتَّكل، ومنه، يوجد خوف. المهم هو رؤية ذلك الواقع، وليس السؤال عن كيفية الحب أو التحرُّر من الخوف.

- ٢ -
حيث توجد اتّكالية يوجد خوف

دون دحض ولا قبول أو إبداء الرأي حوله، ودون اقتباس هذا أو ذاك، ما عليك سوى الاستماع لواقع أنه حيثما يوجد تعلُّق، ينعدم

الحب، وحيثما توجد اتِّكالية، يوجد خوف. أنا أتحدث عن الاتِّكالية النفسية لا اتِّكالك على بائع الحليب ليحضر الحليب، أو اتِّكالك على الخط الحديدي أو جسر. إن هذه الاتِّكالية النفسية الداخلة على الأفكار والناس والممتلكات هي ما يولِّد الخوف.

-٣-
يأتي الحب في فهم العلاقة

الحب أمر لا يمكن تنميته؛ الحب ليس شيئاً يشتريه الذهن. إذا قلت: "سأتمرَّن على ممارسة الرحمة"، فإن الرحمة عندئذ شيء من أشياء الذهن، وهي بذلك ليست حبّاً. يأتي الحب إلى الوجود خلسة، من حيث لا تدري كليّاً، عندما نفهم سيرورة هذه العلاقة برمَّتها. عند ذاك يهدأ الذهن، فلا يملأ القلب بأشياء من الذهن، وفي النتيجة، يمكن لذلك الأمر الذي هو الحب أن يأتي إلى حيز الوجود.

-٤-
لماذا جعلنا الجنس مهمّاً جدّاً؟

ماذا نعني بمشكلة الجنس؟ هل هي الفعل أو فكرة حول الفعل؟ إنها قطعاً ليست الفعل. ليس الفعل الجنسي مشكلة في نظرك بأكثر مما هي مشكلة في نظرك تناولُ الطعام، لكنك إذا فكَّرت في الطعام

أو أيِّ أمر آخر طوال اليوم، لأنه ليس عندك أمر آخر تفكر فيه، فإنه يصير مشكلة في نظرك... فلماذا تضخِّم الجنس وهو ما تفعله بوضوح؟ دور السينما، المجلّات، القصص، طريقة لباس النساء: كلُّ شيء يضخِّم أفكارك حول الجنس. ولماذا يضخِّمها الذهن؟ لماذا يفكِّر الذهن في الجنس أصلاً؟ لماذا، أيها السادة والسيدات؟ إنها مشكلتكم. لماذا؟

لِمَ صار قضية محورية في حياتكم؟ في حين أن الكثير من الأمور تناديكم وتسترعي انتباهكم، وتراكم تولون فكرة الجنس اهتمامكم تامّاً. ماذا يحدث؟ لِمَ أذهانكم بكلِّ هذا الانشغال به؟ لأن تلك طريقة للهرب النهائي، أليس كذلك؟ إنها طريقة لنسيان الذات نسياناً تامّاً.

في الوقت الحالي، على الأقل مؤقتاً، في وسعك أن تنسى ذاتك، ولا توجد طريقة أخرى لنسيان ذاتك. كلُّ شيء آخر تفعله في الحياة يشدِّد على "الأنا"، على الذات. البزنس الخاص بك، دينك، آلهتك، قادتك، أعمالك السياسية والاقتصادية، مهاربك، أنشطتك الاجتماعية، انضمامك إلى حزب ونبذك آخر... ذلك كلُّه يشدِّد على "الأنا" ويمنحها قوة... عندما يوجد شيء واحد فقط في حياتك هو وسيلة للهرب النهائي، ولنسيان ذاتك نسياناً تامّاً، وإن يكن لبضع ثوانٍ، تراك تتشبَّث به لأن تلك اللحظة الوحيدة التي تكون فيها سعيداً...

لذا، يغدو الجنس مشكلةً خارقةَ الصعوبة والتعقيد ما دمت لا تفهم الذهن الذي يفكِّر في المشكلة.

-٥-

لِمَ الجنس مشكلة؟

ما الذي يجعل كلَّ ما نلمسه، أيّاً يكن، يتحوَّل إلى مشكلة؟ لماذا أضحى الجنس مشكلة؟ لِمَ نخضع للعيش مع المشكلات؟ لِمَ لا نضع حدّاً لها؟ لِمَ لا نموت عن مشكلاتنا بدلاً من حملها يوماً بعد يوم وسنةً بعد سنة؟ الجنس بالتأكيد مسألة وجيهة سأتطرَّق إليها حاليّاً، لكن السؤال الأوَّلي: لماذا نجعل من الحياة مشكلة؟ العمل، الجنس، جني المال، التفكير، الشعور، الاختبار... تعلمون، قصَّة المعيشة برمَّتها، لِمَ هي مشكلة؟ أليس لأننا أساساً نفكِّر دوماً من وجهة نظر معيَّنة وثابتة؟

-٦-

الرغبة ليست حبّاً

الرغبة ليست حبّاً. الرغبة تؤدي إلى اللذة. الرغبة هي اللذة. نحن لا ننكر الرغبة. من الغباء المطبق أن نقول إننا يجب أن نعيش بلا رغبة، لأن ذلك مُحال. لقد جرَّب الإنسان ذلك. لقد حَرَمَ الناس أنفسهم جميع أنواع اللذة، وضبطوا أنفسهم وعذَّبوها، ومع ذلك استمرت الرغبة، مختلقةً النزاع بكلِّ الآثار البهيمية لذلك النزاع. لسنا من مُناصري انعدام الرغبة، لكننا يجب أن نفهم ظواهر الرغبة واللذة والألم بأكملها، وإن استطعنا، أن نذهب أبعد منها، حيث توجد غبطة ونشوة هي الحب.

٣

الأُسرة والمجتمع: علاقة أو إقصاء؟

-١-

الأُسرة والمجتمع

الأُسرة ضد المجتمع. الأُسرة ضد العلاقة الإنسانية ككل. الأمر، كما تعلمون، أشبه بالعيش في قسم واحد من دار واسعة، وفي حجرة صغيرة واحدة، والغلو في تعظيم تلك الحجرة الصغيرة، وهي الأُسرة. للأُسرة أهمية فقط في صلتها بالمنزل ككل. كما أن تلك الحجرة الواحدة متصلة بالمنزل ككل، كذلك منزلة الأُسرة متصلة بالوجود الإنساني ككل. لكننا نفصلها ونتشبَّث بها. نحن نغالي في تعظيم الأُسرة - علاقاتي وعلاقاتك - ونتعارك إلى الأبد. والأُسرة كالحجرة الصغيرة في صلتها بالمنزل ككل. عندما ننسى المنزل ككل تصير الحجرة الصغيرة عظيمة الأهمية؛ كذلك تصير الأُسرة مهمة جدّاً عندما تنسى كلِّية الوجود الإنساني. للأُسرة أهمية فقط في صلتها بالوجود الإنساني ككل؛

وإلا تصير شيئاً مرعباً وفظيعاً...

-٢-

هل نحب أسرنا حقّاً؟

عندما نقول: "نحن نحب الأُسرة"، نحن لا نحب تلك الأُسرة حقّاً؛ نحن لا نحب أولادنا... لا نحبهم فعليّاً. عندما تقول إنك تحب أولادك أنت تعني حقّاً أنهم صاروا عادةً، ألعاباً... أشياء للتسلية لوقت. لكنك لو كنت تحب شيئاً ما، أولادك مثلاً، لاعتنيت بهم.

أتعرف ما هي العناية؟ لو كنت ذا عناية حين تغرس شجرة، فإنك تعتني بها وترعاها وتغذيها... عليك أن تحفر عميقاً قبل أن تغرس، ثم تحرص أن تكون التربة سليمة، ثم تغرس، ثم تحميها، ثم تراقبها كلَّ يوم، وتتعهَّدها بالعناية كما لو كانت جزءاً من كيانك كلِّه. لكنك لا تحب الأولاد على هذا النحو. لو أحببتَهم، لوفَّرتَ لهم نوعاً مختلفاً كليّاً من التربية، وما نشبت حروب، ولانعدم الفقر. عند ذاك ما دُرِّب الذهن على أن يكون تقنيّاً محضاً، وما كانت هناك منافسة ولا جنسية. ولأننا لا نحب، سُمِحَ لهذا كلِّه أن يتفاقم.

-٣-

اتِّكالك يجعلك غير قادر

عندما تقول إنك تحب شخصاً ما، ألا تتَّكل عليه؟ عندما تكون

صغير السن لا بأس أن تتَّكل على أبيك أو أمِّك أو مدرِّسك أو الوصي عليك. لأنك صغير السن، تراك تحتاج إلى الرعاية والثياب والمأوى والأمان. وأنت صغير تراك تحتاج إلى الإحساس بأنك محتوى وشخص يعتني بك. لكنك حتى وأنت تتقدَّم في السن يبقى هذا الشعور بالاتِّكال، أليس كذلك؟ ألم تلحظ الأمر عند كبار السن ووالديك ومدرِّسيك؟ ألم تلحظ كيف يتَّكلون على زوجاتهم وأولادهم وأمَّهاتهم؟ الناس عندما يكبرون يظلُّون يريدون التمسُّك بشخص ما، ولا يزالون يشعرون أنهم بحاجة إلى الاتِّكال. دون التطلُّع إلى شخص ما، ودون الاسترشاد بشخص ما، ودون شعور بالراحة والأمان لدى شخص ما، تراهم يشعرون بالوحشة، أليس كذلك؟ يشعرون بالضياع. لذا إن هذه الاتِّكالية على الآخر تسمَّى الحب، لكنك لو راقبتَ الأمر عن كثب، لَرأيت أن الاتِّكالية هي الخوف؛ إنها ليست الحب. لأنهم يخشون أن يكونوا وحدهم، ولأنهم يخافون التفكُّر في الأمور بأنفسهم، ولأنهم يخشون أن يشعروا وأن يراقبوا وأن يكتشفوا معنى الحياة بأسره. تراهم يشعرون أنهم يحبون الله، ولذا يتوكَّلون على ما يسمونه الله، لكن شيئاً اختلقه الذهن لا يُتَّكل عليه؛ إنه ليس الله، بل المجهول. الأمر نفسه ينطبق على مثال أو معتقد. أؤمن بشيء ما، وهذا يمنحني راحة كبيرة...

لا بأس عليك أن تضطر إلى ذلك وأنت صغير، لكنك إذا استمررت في الاتِّكال بعد أن تكبر وتبلغ النضج، فسوف يجعلك ذلك غير قادر على التفكير ولا تقوى على الحرية. حيثما يوجد الاتِّكال، يوجد خوف، وحيثما يوجد خوف، يوجد تسلُّط، ولا يوجد حب...

- ٤ -
من الطبيعي أن تتخذ أُسرة؛ الاختباء فيها كارثة

الأُسرة كما هي الآن وحدة ذات علاقة محدودة، مسوِّرة للذات وحصرية إقصائية... يجب علينا أن نفهم الرغبة في الأمان الداخلي والنفسي، وليس مجرَّد استبدال نمط واحد من الأمان بآخر.

ومنه، إن المشكلة ليست الأُسرة بل الرغبة في الأمان. أليست الرغبة في الأمان، على أيٍّ مستوى كان، حصرية؟ هذه الروح الإقصائية تتبدَّى بوصفها الأُسرة والممتلكات والدولة والدِّين وما إلى ذلك. أليست هذه الرغبة في الأمان الداخلي هي التي تشيد صوراً خارجية من الأمان تكون دوماً إقصائية؟ إن الرغبة في الأمان بالذات هي التي تدمِّر الأمان. من شأن الإقصاء والفصل أن يؤديا حتماً إلى التفكك والقومية؛ والعداء الطبقي والحرب أعراضه. الأُسرة بوصفها وسيلة للأمان الداخلي هي منبع الفوضى والكارثة الاجتماعية.

- ٥ -
الأمان الوحيد هو تعلُّم الحياة دون أمان داخلي

حصراً عندما لا نطلب الأمان الداخلي يمكن لنا أن نعيش آمِنين خارجيّاً...

استعمال الآخر وسيلة للرضا والأمان ليس حبّاً. الحب ليس

الشعور بالأمان البتة. الحب حال تنعدم فيها الرغبة في الأمان؛ إنه حال هشاشة؛ إنه الحالة الوحيدة التي تكون فيها الحصرية والعداء والكراهية من المُحال. في تلك الحال، قد تنشأ أُسرة، لكنها لن تكون حصرية، ومسوِّرة للذات.

٤

الطبيعة والأرض

-١-
ما علاقتنا مع الطبيعة؟

سيدي، لست أدري هل اكتشفت علاقتك بالطبيعة. لا توجد علاقة "سليمة"؛ يوجد فهم للعلاقة فقط. العلاقة السليمة تتضمَّن مجرَّد قبول صيغة ما، ومثلها التفكير السليم. الفكر السليم والتفكير السليم أمران مختلفان. الفكر السليم هو مجرَّد التطابق مع ما هو صائب ومحترم، في حين أن التفكير السليم حركة. إنه نتاج الفهم، والفهم يكابد باستمرار تعديلاً وتغييراً. بالمثل هناك فرق بين العلاقة السليمة مع الطبيعة وفهم علاقتنا بالطبيعة. ما هي علاقتك بالطبيعة؟ الطبيعة بما هي الأنهار والأشجار والطيور الرشيقة الطيران والسمك في الماء والمعادن في جوف الأرض والشلالات والبِرَك الضحلة. ما هي علاقتك بها؟ أكثرنا لا يعي تلك العلاقة. ترانا لا ننظر إلى شجرة أبداً، أو إنْ فعلنا، فبهدف استخدام تلك الشجرة للجلوس

في ظلِّها أو لقطعها من أجل الحطب. بعبارة أخرى: ننظر إلى الأشجار بغرض نفعي؛ لا ننظر إلى شجرة أبداً من غير أن نُسقِطَ ذواتنا ونستعملها لرفاهيَّتنا الخاصة.

-٢-
هل نحب أرضنا أم نستخدمها كما نستخدم بعضنا بعضاً؟

ترانا نعامل الأرض ومنتجاتها بالطريقة نفسها. حب الأرض معدوم. هناك استخدام للأرض فحسب. لو أحبَّ المرءُ الأرضَ حقّاً، لكان ثمة استخدام مقتصد لأشياء الأرض. أي أننا، سيدي، لو أردنا أن نفهم علاقتنا بالأرض، لاقتضى منَّا ذلك أن نكون شديدي الحرص في الاستخدام الذي نعتمده لأشياء الأرض. إن فهم المرء علاقته بالطبيعة لا يقلُّ صعوبةً عن فهمه علاقته مع جاره وزوجته وأولاده. لكننا لم نفكر مليّاً في الأمر، ولم نجلس أبداً لننظر إلى النجوم أو القمر أو الأشجار. نحن أكثر انشغالاً بالأنشطة الاجتماعية أو السياسية من أن نفعل. من الواضح أن هذه الأنشطة مهارب من أنفسنا، وعبادة الطبيعة هي أيضاً هرب من أنفسنا. نحن نستخدم الطبيعة دوماً بوصفها مهرباً أو لأغراض نفعية؛ لا نتوقف أبداً ونحب الأرض أو أشياء الأرض. ترانا لا نستمتع أبداً بالحقول الغنية رغم أننا نستعملها لنقتات أو نلبس. لا نستحب أبداً تقليب التراب بأيدينا، فنحن نخجل من العمل بأيدينا.

-٣-

الخرائط آراء سياسية وليست وقائع: الأرض ليست "لك" و"لي"

إذاً، فقدنا علاقتنا بالطبيعة. لو قُيِّضَ لنا مرة أن نفهم هذه العلاقة ومغزاها الحقيقي، ما قسَّمنا الممتلكات إلى: لك ولي، مع أن المرء قد يملك قطعة أرض ويبني عليها بيتاً، وما ظل بعدُ "لي" أو "لك" بالمعنى الحصري، ولكان بالأحرى وسيلةً لاتخاذ مأوى. لأننا لا نحب الأرض وأشياء الأرض، بل نستعملها فحسب، نحن غير حسَّاسين لجمال شلّال؛ لقد فقدنا لمسة الحياة، ولم نجلس أبداً وظهرنا مستند إلى جذع شجرة. وبما أننا لا نحب الطبيعة، ترانا لا ندري كيف نحب البشر والحيوانات.

-٤-

نحن وكلاء... كلٌّ منّا موقت في ذلك

هذا لا يعني أنه لا يجوز لك استخدام الأرض، بل إنك يجب أن تستخدم الأرض كما ينبغي لك أن تستخدمها. الأرض موجودة لكي تحظى بالحب والعناية، لا بأن تقسَّم بوصفها "لك" و"لي". فمن الحماقة أن أغرس شجرة في مجمَّع وأدعوها "لي".

٥

الزواج: الحب والجنس

- ١ -
هل الزواج استخدام متبادل؟

الآن، هل تسمِّي الأمر حبّاً عندما يسود في علاقتك مع زوجتك الاستئثار والغيرة والخوف والنق المستمر والسيطرة والتوكيد؟ أيمكن لذلك أن يسمَّى حبّاً؟ عندما تمتلك شخصاً وتنشئ بذلك مجتمعاً يساعدك على امتلاك الشخص، هل تسمِّي ذلك حبّاً؟ عندما تستخدم أحدهم لراحتك الجنسية أو بأيِّ طريقة، هل تسمِّي ذلك حبّاً؟ واضح أنه ليس حبّاً. أي أنه حيثما توجد غيرة وخوف واستئثار، ينعدم الحب. الحب قطعاً لا يقبل الخصام والغيرة. عندما تمتلك، يوجد خوف، ومع أنك قد تسمِّيه حبّاً فإنه أبعد ما يكون عن الحب. اختبروا الأمر، أيها السادة والسيدات، ونحن نمضي قُدُماً. أنتم متزوجون وعندكم أولاد. عندكم زوجات أو أزواج تمتلكونهم وتستخدمونهم

وتخافون أو تغارون منهم. كونوا على وعي بذلك واستيقنوا هل هو حبّ.

-٢-
الحب لا يمكن التفكير فيه

تستطيع أن تفكِّر في شخص تحبُّه لكنك لا تستطيع أن تفكِّر في الحب. الحب لا يمكن التفكير فيه. رغم أنك قد تتماهى مع شخص، أو بلد، أو كنيسة، فبمجرَّد أن تفكِّر في الحب لا يعود الحبُّ حبّاً؛ إنه نشاط ذهني فحسب... لأن الذهن نشط، تراه يملأ القلب الخاوي بأشياء الذهن. وبأشياء الذهن هذه، نلعب ونختلق مشكلات... المشكلات هي نتاج الذهن، ولكي يتاح للذهن أن يحلَّ مشكلته، عليه أن يتوقف، لأنه حين يتوقف الذهن فقط، يكون الحب.

-٣-
حين تعرف كيف تحب واحداً، تعرف كيف تحب الكل

الحب لا يمكن التفكير فيه، ولا تنميته، ولا التمرُّن عليه. التمرُّن على الحب والأخوَّة لا يزالان ضمن مجال الذهن؛ لذا هو ليس حبّاً. حين يتوقف هذا كلُّه، يتولَّد الحب، وإذّاك تعرف ماذا يعني أن تحب. إذّاك، لا يكون الحب كميّاً بل نوعيّ. تراك لا تقول: "أنا

أحب العالم بأسره"، لكنك حين تعرف كيف تحب واحداً فإنك تعرف كيف تحب الكل. فلأننا لا نعرف كيف نحب واحداً يصير حبُّنا للإنسانية خياليّاً. حين تحب، لا يوجد واحد أو كثير؛ يوجد الحب فحسب. حين يوجد الحب فقط، يمكن لجميع مشكلاتنا أن تنحل، وإذّاك سوف نعرف غبطة الحب وسعادته.

-٤-
الحب في العلاقة

الحب في العلاقة سيرورة مطهِّرة لجهة أنها تكشف عن طُرُق الذات.

ما أسهل تدمير الشيء الذي نحب! ما أسرع أن يقوم حاجز بيننا، كلمة، لفتة، ابتسامة! الصحة والمزاج والرغبة تلقي بظلالها، وما كان مشرقاً يصير مملّاً ومرهقاً. ترانا ننهك أنفسنا عبر الاستعمال، وما كان مرهفاً وصافياً يصير منهِكاً ومبلبِلاً. عبر الاحتكاك المستمر والأمل والإحباط، ما كان جميلاً وبسيطاً يصير محلَّ خوف وتوجُّس. العلاقة معقدة وصعبة، وقلَّة مَن يستطيعون الخروج منها من غير أذى. رغم أننا نرغب في أن تكون العلاقة ساكنة مستديمة متواصلة، فإنها حركة وسيرورة لا بدَّ من فهمها فهماً عميقاً وتامّاً، لا أن نجعلها تتطابق مع قالب داخلي أو خارجي. التطابق، بما هو بنيان المجتمع، يفقد وزنه وسلطانه حين يوجد الحب فقط. الحب سيرورة مطهِّرة لجهة أنها تكشف عن طُرُق الذات. من دون هذا

الكشف، ليس للعلاقة إلا أهمية ضئيلة.

-٥-
نحن لا نحب؛ نحن نتحرَّق أن نكون محبوبين

لكن ما أشطرنا في مكافحة هذا الكشف! يتخذ الكفاح أنماطاً عدة: الهيمنة أو التبعية، الخوف أو الأمل، الغيرة أو القبول... إلى آخر ما هنالك. الصعوبة أننا لا نحب. وإنْ أحببنا، ترانا نريد للحب أن يشتغل بطريقة معينة، ولا نمنحه الحرية. نحب بأذهاننا لا بقلوبنا. يمكن للذهن أن يعدِّل ذاته لكن الحب لا يمكنه ذلك؛ يمكن للذهن أن يتخذ دروعاً، لكن الحب لا يمكنه ذلك. في وسع الذهن دوماً أن ينسحب ويكون حصريّاً ويصير شخصيّاً أو غير شخصي. أما الحب، فلا يقبل المقارنة أو التحويط. مكمن صعوبتنا في ما نسمِّيه حبّاً أنه في الواقع من صنع الذهن. نملأ قلوبنا بأشياء الذهن، وبذلك، نبقي قلوبنا خاوية ومتطلِّعة أبداً. إن الذهن هو الذي يتشبَّث ويحسد ويتمسَّك ويدمِّر. حياتنا تهيمن عليها المراكز الجسدية والذهن. ترانا لا نحب ونترك الحب وشأنه، بل نتحرَّق أن نكون محبوبين؛ نعطي من أجل أن نأخذ، وهو كرم الذهن لا القلب. يسعى الذهن أبداً في طلب اليقين والأمان. فهل يمكن للحب أن يستيقن منه الذهن؟ هل يمكن للذهن، الذي هو في جوهره من الزمن، أن يقتنص الحب الذي هو أبديَّة ذاته؟

لكن حتى حب القلب يتصف بحيل تخصُّه. إذ إننا بلغنا من

إفساد قلوبنا درجةً صار معها متردِّداً ومبلبَلاً. إن هذا ما يجعل الحياة مؤلمةً ومنهِكة للغاية. نظنُّ في لحظة أن لدينا الحب، وفي اللحظة التالية يضيع منَّا. هي ذي تأتينا قوة لا تُقاس، ليست من الذهن، وينابيعها لا يُسبَر لها غور، فلا يلبث الذهن أن يدمّر هذه القوة مرة أخرى. ففي هذه المعركة، يبدو الذهن كأنه المنتصر على الدوام. هذا النزاع داخل نفوسنا لا يحلُّه الذهن الماكر أو القلب المتردِّد. لا توجد وسيلة ولا طريقة لوضع حدٍّ لهذا النزاع. إن البحث عن وسيلة هو باعث آخر من الذهن ليكون هو السيد، وليؤجِّل النزاع كي يهنأ بالسلام، وكي يمتلك الحب ويصير شيئاً ما.

-٦-

الحب ليس لك أو لي

صعوبتنا الكبرى هي أن نكون واعين وعياً واسعاً وعميقاً أنه لا توجد وسيلة للحب بوصفه غايةً مرغوبةً للذهن. حين نفهم هذا فهماً حقيقيّاً وعميقاً، تنفتح إمكانيةُ تلقِّي شيء ليس من هذا العالم. من دون لمسة ذلك الشيء، مهما فعلنا، لن تكون هناك سعادة مستديمة في العلاقة. إنْ كنتَ نلتَ تلك البَرَكة ولم أنلها، فبطبيعة الحال سنكون، أنا وأنت، في نزاع. قد لا تكون أنت في نزاع، لكنني سأكون في نزاع، وفي ألمي وأساي أنقطع عنك. الأسى حصري شأنه في ذلك شأن اللذة، وإلى أن يوجد ذلك

الحب الذي ليس من صنعي، تظل العلاقة ألماً. أما إذا وُجِدَتْ بَرَكةُ ذلك الحب، فليس في وسعك إلا أن تحبَّني مهما كنت، إذ إنك إذّاك لا تشكِّل الحبَّ تبعاً لسلوكي.

-٧-

ما الذي يجعلنا بائتين في العلاقة؟

لو رصدتَ، فسوف تجد أن ما يجعلنا بائتين في علاقتنا هو التفكير والحساب والأحكام والوزن والتكيُّف؛ والشيء الوحيد الذي يحرِّرنا من ذلك هو الحب، وهو ليس سيرورة فكرية.

-٨-

عندما ينعدم الحب نخترع الزواج

عندما ينعدم الحب، يصير إطار الزواج، بوصفه مؤسَّسة، ضرورة. حين يوجد الحب لا يعود الجنس مشكلة، إذ إن غياب الحب هو ما يجعله مشكلة. أما تدري؟ حين تحب أحدهم حبّاً عميقاً بحق – ليس بحب الذهن، ولكن من قلبك حقّاً – تراك تقاسمه أو تقاسمها كلَّ ما لديك، ليس جسمك فقط بل كل شيء. في ورطتك، تراك تطلب مساعدتها وهي تساعدك. لا يوجد تقسيم بين الرجل والمرأة حين تحب أحدهم، لكن توجد مشكلة جنسية عندما لا تعرف ذلك الحب.

- ٩ -

الإرضاء ليس شعلة الحب

سائل: لقد تكلَّمت على العلاقة القائمة على استخدام المرء شخصاً آخر وسيلةً لبلوغ إرضائه، وألمحت مراراً إلى حال تسمَّى الحب. ماذا تقصد بالحب؟

كريشنامورتي: نحن نعرف ماهية علاقتنا: إرضاء واستخدام متبادلان، رغم أننا نموِّهها بتسمية الحب. في الاستخدام ثمة حنان مبذول لمَن يُستخدَم وذود عنه. ترانا نذود عن حدودنا وكتبنا وممتلكاتنا. بالمثل، نحن حريصون على الذود عن زوجاتنا وأُسرنا ومجتمعنا، لأننا من دونهم نكون مستوحشين ضائعين. من دون الطفل، يشعر الوالد بالوحشة؛ ما ليس فيك سوف يكونه الطفل، وبذلك يصير الطفل أداةً لغرورك. نحن نعرف العلاقة بين الحاجة والاستخدام. ترانا نحتاج ساعي البريد وهو يحتاجنا، لكننا لا نقول إننا نحب ساعي البريد. لكننا نقول إننا نحب زوجاتنا وأطفالنا، رغم أننا نستخدمهم في سبيل إرضائنا الشخصي ونحن على استعداد للتضحية بهم من أجل غرور أن نُدعى وطنيين. نحن نعرف هذه السيرورة معرفة جيدة جدّاً، ومن الواضح أنها لا يمكن أن تكون حبّاً. الحب الذي يستخدم ويستغل، ثم يشعر بالأسف، لا يمكن أن يكون حبّاً لأن الحب ليس شيئاً من أشياء الذهن.

الآن، دعونا نختبر ونكتشف ماهيَّة الحب. نكتشف لا بمجرَّد الاكتشاف اللفظي بل باختبار تلك الحال بالفعل. عندما تستخدمني

بصفتك كورو وأستخدمك بصفتي مريداً هناك استغلال متبادل. بالمثل، عندما تستخدم زوجتك وأطفالك لتعزيز وجودك هناك استغلال.

قطعاً ذاك ليس حبّاً. عندما يوجد استخدام، لا بدَّ من وجود تملُّك؛ التملُّك يولِّد الخوف لا محالة، ومع الخوف تأتي الغيرة والحسد والشك. عندما يوجد استخدام، يتعذر وجود الحب، لأن الحب ليس شيئاً من أشياء الذهن. التفكير في شخص ما ليس حبَّ ذلك الشخص. تراك تفكِّر في شخص ما فقط عندما لا يكون هذا الشخص حاضراً، أو عندما يموت، أو يغادرك فجأة، أو لا يعطيك ما تبتغي. إذّاك يطلق شعورك الداخلي بالنقص سيرورة الذهن. عندما يكون ذلك الشخص قريباً منك، تراك لا تفكر فيه، فالتفكير فيه عندما يكون قريباً منك يعني أنك منزعج، ولذا تراك تأخذه كأمر مسلَّم به: إنه موجود. العادة وسيلة للنسيان وراحة البال لكي لا تشعر بالانزعاج. لذلك، لا مناص للاستخدام من أن يؤدي حتماً إلى تبلُّد الشعور، وذاك ليس حبّاً.

ما تلك الحال التي ينعدم فيها الاستخدام، وهو سيرورة الفكر بوصفها وسيلة لتمويه النقص الداخلي إيجاباً أو سلباً؟ ما تلك الحال التي ليس فيها شعور بالإرضاء؟ طلب الإرضاء هو طبيعة الذهن. الجنس هو إحساس يختلقه الذهن ويتصوَّره، ثم يتصرَّف الذهن أو لا يتصرَّف. الإحساس سيرورة تفكير وهي ليست حبّاً. عندما يكون الذهن مهيمناً وسيرورة التفكير مهمَّة، ينعدم الحب. إن سيرورة الاستخدام هذه، بما فيها التفكير والتخيُّل والتمسُّك والتسوير والنبذ، هي دخان كلُّها، وحين ينعدم الدخان، يوجد لهب

الحب. في بعض الأحيان، يكون لدينا ذاك اللهب غنيّاً ممتلئاً تامّاً، لكن الدخان لا يلبث أن يعود...

-١٠-
لا تجادل في الضدّين: لا البتولية ولا الإباحية

أولئك الذين يحاولون أن يتبتّلوا من أجل الوصول إلى الله غيرُ عفيفين، لأنهم يسعون في الحصول على نتيجة أو مكسب، ومن ثمّ يستعيضون عن الجنس بالغاية أو النتيجة، وهو خوف. قلوبهم لا حب فيها... حين يكون الذهن والقلب غير مثقلين بالخوف بروتين العادات المثيرة، وحين يوجد الكرم والرحمة، يوجد الحب. حبٌّ كهذا هو العفة.

-١١-
لماذا أضحى الجنس والزواج بهذا الإشكال؟

كيف يمكن لتلبية الطلب الجنسي أن تكون ذكية ولا تتحول إلى مشكلة؟

الآن، ماذا الذي نعنيه بالجنس؟ الفعل البدني البحت، أو الفكر الذي يثير ذلك الفعل ويحفزه ويعزِّزه؟ الجنس قطعاً هو من بنات الذهن، ولأنه من بنات الذهن، لا بدَّ أن يسعى إلى الإشباع، وإلا وُجِدَ إحباط...

لماذا أضحى الجنس في حياتنا بكلِّ هذا الإشكال؟ دعونا نتوغل في الأمر غير مقيَّدين ولا قلقين أو خائفين أو شاجبين. لماذا أضحى مشكلة؟ إنه بالتأكيد مشكلة في نظر أكثركم. لماذا؟ ربما لم تسأل نفسك قط لماذا هو مشكلة. دعونا نتبيَّن الأمر.

الجنس مشكلة لأن في ذلك الفعل، على ما يبدو، غياب تام للذات. في تلك اللحظة، تشعر بالسعادة لأن وعي الذات، وعي "الأنا" ينعدم، وطبيعي أن الرغبة في المزيد منه – المزيد من نكران الذات الذي توجد فيه سعادة تامة عبر الاندماج وملء التكامل – تصير مهمة للغاية. أليس الأمر كذلك؟ لأنه شيء يمنحني فرحاً خالصاً وذهولاً تامّاً عن الذات، وتراني أبتغي المزيد والمزيد منه. الآن، لماذا أبتغي المزيد منه؟ لأنني في كلِّ مكان آخر في نزاع، وفي كلِّ مكان آخر، وعلى جميع مستويات الوجود المختلفة، هناك تعزيز للذات. على الأصعدة الاقتصادية والاجتماعية والدينية هناك تسميك مستمر لوعي الذات، وهو نزاع. في المحصلة أنت لا تعي ذاتك إلا بوجود نزاع. وعي الذات هو بطبيعته نفسها نتيجة النزاع، أي أننا في كلِّ مكان آخر في نزاع. في جميع علاقاتنا مع الملكية والناس والأفكار هناك نزاع وألم وصراع وبؤس، لكنْ في هذا الفعل بعينه هناك توقف تام لذلك كلِّه. فمن الطبيعي أن تبتغي المزيد منه لأنه يمنحك السعادة، بينما يقودك الباقي كلُّه إلى البؤس والاضطراب والنزاع والبلبلة والعداء والهَمِّ والدمار، ولذلك يغدو الفعل الجنسي كليَّ المغزى ومهمّاً للغاية.

لذا إن المشكلة ليست الجنس بالتأكيد، بل كيفية التحرُّر من الذات...

الذات، أيها السادة، ليست كياناً موضوعيّاً يمكن دراسته تحت المجهر أو تعلُّمه من الكتب أو فهمه عبر المقتبسات مهما كان وزن تلك المقتبسات. يمكن فهمه في العلاقة فقط. فالنزاع في المحصلة ينشب في العلاقة، سواء مع الممتلكات أو فكرة أو زوجتك أو جارك؛ ومن دون حلِّ ذلك الصراع الأساسي من الواضح أن مجرَّد التمسك بذلك التنفيس الأوحد عبر الجنس لا بدَّ أن يكون غير متَّزن. وذلك بالضبط ما نحن عليه. نحن غير متَّزنين لأننا جعلنا الجنس جادَّة الهرب الوحيدة؛ والمجتمع وما يسمَّى الثقافة الحديثة يساعداننا على ذلك. انظر إلى الدعايات ودور السينما والإيماءات الموحية والوضعيات والمظاهر.

أكثركم تزوج عندما كنتم صغاراً جدّاً، عندما كان الدافع البيولوجي قويّاً للغاية. لقد اتخذت زوجاً أو زوجة، ومع تلك الزوجة أو ذلك الزوج عليك أن تتدبَّر أمر عيشك بقية عمرك. علاقتك جسمانية محض، وعلى كلِّ شيء آخر أن يطوِّع لذلك. فماذا يحدث؟ أنت مثقف فكريّاً، ربما، وهي عاطفية للغاية. أين تواصُلك معها؟ أو هي عملية للغاية، وأنت حالم غامض وتميل إلى اللّامبالاة. أين الاتصال بينك وبينها عندما تستخدمها؟ تقوم زيجاتنا الآن على تلك الفكرة وذلك الدافع، لكن هناك المزيد والمزيد من التناقضات والنزاعات الكبيرة في الزواج، وفي النتيجة، يتكاثر الطلاق.

ومنه، تتطلَّب هذه المشكلة معالجةً ذكية، ما يعني أنه يتعيَّن علينا تغيير أساس تربيتنا برمَّته؛ وذلك لا يستدعي فهم وقائع الحياة فحسب، بل وجودنا اليومي أيضاً، ولا يستدعي التعرف إلى الدوافع البيولوجية

والدافع الجنسي وحده فقط، بل يستدعي رؤية كيفية التعامل معه بذكاء.

-١٢-
البصيرة ترى محدودية الفكر في هذا كلّه

الرحمة والرأفة والغفران والاحترام ليست انفعالات. يوجد حب حين تتوقف النزعة العاطفية والانفعال والتفاني. التفاني ليس حبّاً؛ التفاني هو نمط من توسُّعِ الذات. الاحترام ليس للقلّة بل للإنسان، سواء أكان وضيعاً أم رفيعاً. الكرم والرحمة ليس عليهما ثواب.

وحده الحب في وسعه أن يحوِّل الجنون والبلبلة والصراع. ما من مذهب ولا نظرية، من اليسار أتت أو اليمين، في وسعها أن تجلب السلام والسعادة إلى الإنسان. حيث يوجد الحب، ينعدم الاستئثار والحسد، وتوجد رأفة ورحمة، لا نظريّاً بل في الواقع، بزوجتك وبأولادك وبجارك...

يوجد الحب بكلِّ بَرَكته حين تكفُّ "أنت" عن الوجود.

-١٣-
هل يمكن للحب أن يكون ثابتاً ساكناً؟

يجعلنا اختبار اللذة نطلب المزيد منها، و"المزيد" هو هذا الدافع إلى أن نكون آمِنين في ملذاتنا. إذا أحببنا أحدهم، ترانا نريد أن نتيقَّن تماماً من أنه يبادلنا ذلك الحب، فنسعى في إقامة علاقة نأمل

على الأقل أن تكون دائمة. مجتمعنا كلُّه قائم على هذه العلاقة. ولكن هل يوجد أيُّ شيء دائم؟ هل يوجد؟ هل الحب دائم؟ رغبتنا المستمرة هي أن نجعل الإحساس دائماً، أليس كذلك؟ والشيء الذي لا يمكن أن يُجعَل دائماً، وهو الحب، نفوِّته علينا.

-١٤-

عند النظر في الزواج: حيث أنت مهم، ينعدم الحب

نحن نحاول فهم مشكلة الزواج التي تنطوي ضمناً على علاقة جنسية وحب ورفقة وشراكة. من الواضح أنه إذا انعدم الحب، يغدو الزواج مخزياً، أليس كذلك؟ ثم يغدو مجرَّد إرضاء. الحب واحد من أصعب الأمور، أليس كذلك؟ لا يمكن للحب أن يأتي إلى حيز الوجود، ولا يمكن أن يوجد إلا حين تغيب الذات. من غير حب العلاقة ألم. مهما كانت مشبِعة أو سطحية، تراها تؤدي إلى السأم والروتين والعادة بكلِّ منطوياتها. ومن ثم تغدو المشكلات الجنسية كليَّة الأهمية. عند النظر في الزواج، سواء أكان ضروريّاً أم لا، يجب على المرء أولاً أن يفهم الحب. الحب قطعاً عفيف، ومن دون الحب تتعذر العفة؛ قد تكون متبتلاً، سواء أكنت رجلاً أم امرأة، لكن ذلك ليس من العفة ولا الطهارة في شيء إذا انعدم الحب. إذا كان لديك مثال عن العفة، أي إذا كنت تبتغي أن تصير عفيفاً، فلا يوجد حب في الأمر أيضاً، لأنه مجرَّد الرغبة في أن تصير شيئاً تظنُّه نبيلاً وسوف يساعدك على العثور على الحق؛ لا يوجد

حب في الأمر على الإطلاق. الإباحية ليست عفة، إذ إنها تؤدي إلى الانحطاط والبؤس فقط. كذلك السعي في تحقيق مثال. كلاهما يستبعد الحب، وكلاهما يتضمَّن صيرورتك شيئاً وانغماسك في شيء، وفي النتيجة، تصير مهمّاً، وحيث أنت مهم، ينعدم الحب.

-١٥-
ينعدم الحب في العادة

الزواج بوصفه عادة ورعاية للَّذة المعتادة هو عامل تدهور، لأن العادة تخلو من الحب.

حصراً في نظر قلَّة، قلّة صغيرة تحب، تكون العلاقة الزوجية ذات مغزى؛ ومن ثم إنها لا تنكسر، لأنها ليست مجرَّد عادة أو ملاءمة، ولا هي تقوم على حاجة بيولوجية أو جنسية. في ذلك الحب غير المشروط، تنصهر الهوِّيتان، وفي علاقة كهذه ثمة شفاء وأمل.

لكن العلاقة الزوجية، في نظر أكثركم، ليست منصهرة. لصهر الهوِّيتين المنفصلتين، عليك أن تعرف نفسك، وعليها أن تعرف نفسها. وذاك يعني أن تتحابَّا. لكن الحب منعدم، وهذا واقع واضح. الحب نَضِر جديد وليس مجرَّد إشباع أو عادة. إنه غير مشروط. أنتِ لا تعاملين زوجك، ولا أنتَ تعامل زوجتك بهذه الطريقة، أليس كذلك؟ أنت تعيش في عزلتك، وهي تعيش في عزلتها، وكلاكما قد وطَّد اعتياده اللذة الجنسية المضمونة. ماذا يحدث لرجل عنده دَخْل مضمون؟ إنه يتدهور قطعاً. ألم تلحظ

الأمر؟ راقبْ رجلاً لديه دخل مضمون، وسرعان ما سترى مدى السرعة التي يذوي بها ذهنُه. قد يكون ذا منصب مرموق ومعروفاً بدهائه، لكن فرح الحياة قد ذهب عنه.

بالمثل، عندك زواج يكون عندك فيه مصدر لذة دائم، واعتياد دون فهم أو حب، وأنت مجبر على العيش على تلك الحالة. لا أقول ما يجب عليك أن تفعل، لكن انظرْ إلى المشكلة أولاً. هل تظن هذا صحيحاً؟ إنه لا يعني أنه يجب عليك التخلُّص من زوجتك واتباع شخص آخر. ماذا تعني هذه العلاقة؟ الحب قطعاً هو أن تكون على وصال مع شخص ما. فهل أنت على وصال مع زوجتك إلا جسديّاً؟ هل تعرفها إلا جسديّاً؟ هل تعرفك يا ترى؟ ألستما، كلاكما، معزولين، ويسعى كلٌّ منكما في مصالحه ومطامحه وحاجاته الخاصة، ويطلب كلٌّ منكما من الآخر الإشباع أو الأمان الاقتصادي أو النفسي؟ علاقة كهذه ليست علاقة على الإطلاق - إنها عملية تسوير ذاتي متبادلة لضرورة نفسية وبيولوجية واقتصادية - والنتيجة الواضحة هي النزاع والبؤس والتذمر والخوف التملُّكي والغيرة... إلى آخر ما هنالك.

لذا إن الزواج بوصفه عادة ورعايةً للَّذة المعتادة هو عامل تدهور، لأن العادة تخلو من الحب. الحب ليس اعتياداً. الحب أمر فَرِح خلّاق جديد.

٦

الشغف

-١-
بلا شغف الحياة فارغة

الشغف عند أكثرنا يُستخدَم فقط في ما يخصّ شيئاً واحداً: الجنس، أو تراك تعاني بشغف وتحاول أن تحلّ هذه المعاناة. لكنني أستعمل كلمة "شغف" بمعنى حالة ذهنية، وحالة وجود، وحالة جوهرك الداخلي، إنْ كان يوجد شيء من هذا القبيل يشعر شعوراً قويّاً جدّاً، شيء حساس للغاية، حساس على حدٍّ سواء للقذارة وللوسخ وللفقر وللثروات الطائلة والفساد المستشري، ولجمال شجرة أو عصفور، ولجريان الماء، ولبِرْكة تنعكس على صفحتها سماءُ الغسق. إن الشعور بهذا كلِّه بشدة وبقوة أمر ضروري، لأنه من دون شغف تصير الحياة فارغة ضحلة، وبلا معنى يُذكَر. إذا لم يكن في مقدورك أن ترى جمال شجرة وأن تحبَّ تلك الشجرة، وإذا لم يكن بمقدورك أن ترعاها بشدة، فلست حيّاً.

-٢-
كيف تحب ما لم تكن شغوفاً؟

ليس في مقدورك أن تكون حساساً ما لم تكن شغوفاً. لا تخف من كلمة شغف. أكثر الكتب الدينية وأكثر الگورو والسوامي[١] والقادة ومَن لفَّ لفَّهم يقولون: "ألغ الشغف من حياتك". ولكن إن لم يكن لديك شغف، فكيف يمكن لك أن تكون حساساً تجاه القبيح والجميل وحفيف الأوراق وغروب الشمس وابتسامة وتّجاه البكاء؟ كيف يمكن لك أن تكون حساساً دون شعور بالشغف تسلِّم أمرك له؟ رجاءً، أيها السادة، استمعوا لي ولا تسألوا عن كيفية اكتساب الشغف. أعلم أنكم جميعاً شغوفون بما يكفي للحصول على وظيفة جيدة، أو لكراهية رجل مسكين أو للغيرة من أحدهم، لكنني أتحدث عن شيء مختلف تماماً: أتحدث عن شغف يحب. الحب حال تنعدم فيها "الأنا"، وحال تنعدم فيها الإدانة، وينعدم فيها القول إن الجنس صواب أو خطأ، أو إن هذا أمر صالح وإن أمراً آخر طالح. الحب ليس أيّاً من هذه الأمور المتناقضة. التناقض غير موجود في الحب. وكيف يمكن للمرء أن يحب إن لم يكن شغوفاً؟ من دون شغف كيف يمكن للمرء أن يكون حساساً؟ الحساسية هي أن تشعر بجارك الجالس بجوارك، وهي رؤيتك قبح المدينة بوسخها وبقذارتها وبفقرها، وهي رؤيتك جمال النهر والبحر والسماء. إذا لم تكن شغوفاً، فكيف

[١] سوامي *swami*: كلمة سنسكريتية تدلُّ على ناسك أو يوگي منخرط ضمن رهبنة معتمَدة. (المترجم)

في وسعك أن تكون حساساً لذلك كلِّه؟ كيف في وسعك أن تشعر بابتسامة وبدمعة؟ الحب، أؤكد لك، هو الشغف.

-٣-
الشغف خطير

وحده ذهنٌ يتعلَّم ذهنٌ يتصف بشغف عظيم. نحن نستعمل كلمة "شغف" لا بمعنى شعور متقد باللذة، بل نعني بها تلك الحال الذهنية التي لا تكف عن التعلُّم وهي في النتيجة متلهِّفة دوماً وحيَّة ومتحرِّكة وحيوية وقوية وفتيَّة، ومن ثمّ تتَّصف بالشغف. قلَّة قليلة منَّا يتَّصفون بالشغف. لدينا ملذَّات حسية - شهوة واستمتاع - لكن الشعور بالشغف أكثرنا لا يتصف به. من دون شغف، بالمعنى أو الدلالة الأوسع لتلك الكلمة، كيف في وسعك أن تتعلَّم، أو أن تكتشف أشياء جديدة، أو أن تتقصَّى، أو أن تجري مع حركة التقصِّي؟

الذهن الذي يتصف بشغف عظيم هو ذهن معرَّض لخطر دائم. لعلَّ أكثرنا يعون، من حيث لا يدرون، هذا الذهن الشغوف الذي يتعلَّم ومن ثمّ يفعل، وقد خذلوه من حيث لا يدرون. ولعل ذلك أحد أسباب انعدام الشغف لدينا. نحن محترمون، نحن امتثاليون. ترانا نقبل ونطيع. هناك استجداء الاحترام وحسُّ الواجب وإلى آخر ما هنالك من كلمات نستعملها لإخماد فعل التعلُّم.

- ٤ -
واصِلْ التعلُّم: لا تَعْلَقْ في أخدود

فعل التعلُّم هذا، كما قلنا، هو الانضباط. ليس في هذا الانضباط أيُّ امتثال من أيِّ نوع، ومن ثمّ ليس فيه قمع لأنك حين تتعلَّم عن مشاعرك وغضبك وشهوتك الجنسية، وعن أمور أخرى، لا توجد فرصة للقمع ولا للانغماس. هذا واحد من أصعب الأمور لأن موروثنا كلَّه، الماضي كلَّه والذاكرة كلَّها والعادات، قد وضع الذهن في أخدود معيَّن، ونحن نتابع بسهولة في الأخدود ولا نريد أن يقلق راحتنا بأيِّ حال شيءٌ من خارج ذلك الأخدود. لذا إن الانضباط عند أكثرنا هو مجرَّد الامتثال والقمع والتقليد المؤدي في آخر المطاف إلى حياة محترمة للغاية، إن كان الأمر حياةً أصلاً. امرؤ عالق ضمن إطار استجداء الاحترام والقمع والتقليد والامتثال هو امرؤ لا يحيا على الإطلاق؛ كلُّ ما تعلَّمه وما اكتسبه هو تطويع ذاته لنمط معيَّن، والانضباط الذي اتَّبعه قد دمَّره.

٧

الحقيقة، الله، الموت

-١-
ماذا نعني بالموت؟

الموت بانتظار كلٍّ واحد منّا، سواء أأحببنا ذلك أم لا. قد تكون مسؤولاً حكوميّاً كبيراً ذا ألقاب وثروة ومنزلة وسجادة حمراء، لكن في انتظارك آخر المطاف هذا الأمر الذي لا مفرَّ منه. فماذا نعني بالموت؟ واضح أننا بالموت نعني وضع حدٍّ للاستمرارية، أليس كذلك؟ هناك موت جسدي ونحن قلقون بشأنه بعض الشيء، لكن ذلك لا يهمُّ إنْ كان في وسعنا التغلُّب عليه بالاستمرار بصورة أخرى ما. لذا عندما نسأل عن الموت، ترانا مهتمين بوجود استمرارية أم لا. وما هو الشيء الذي يستمر؟ واضح أنه ليس جسدك لأننا نرى كلَّ يوم أن الأشخاص الذين يموتون يُحرَقون أو يُدفَنون.

-٢-
ماذا يستمر؟

لذلك نعني بالاستمرارية حتماً استمراريةً فائقة للحس واستمرارية نفسية واستمرارية للفكر وللطبع الذي يُصطلَح على تسميته الروح أو ما تشاء من أسماء. ترانا نريد أن نعرف هل الفكر يستمر. بعبارة أخرى: لقد تأمَّلت، ومارستُ أموراً كثيرة جدّاً، ولم أنتهِ من كتابة كتابي، ولم أتمم سيرتي المهنية... أنا ضعيف وأحتاج إلى وقت كي أكون قويّاً، وأريد أن أستمرَّ في لذتي... إلى آخر ما هنالك. وتراني أخشى أن يضع الموت حدّاً لذلك كلِّه. إذن، الموت صورة للإحباط، أليس كذلك؟ أنا أفعل شيئاً ولا أريد أن أنهيه؛ أريد الاستمرارية من أجل تحقيق ذاتي. فهل هناك تحقيق عبر الاستمرارية؟ من الواضح أن هناك تحقيقاً من نوع ما عبر الاستمرارية. إذا كنت أكتب كتاباً، فلا أريد أن أموت حتى أنتهي منه؛ أريد الوقت لتنمية طبع ما، وهلم جراً.

-٣-

ومنه، يوجد خوف من الموت فقط عندما يرغب المرء في تحقيق ذاته، لأن تحقيق المرء ذاته يحتاج إلى وقت وطول عمر واستمرارية. لكنك إن استطعت تحقيق ذاتك من لحظة إلى أخرى، فأنت لا تخاف الموت.

إذاً، مشكلتنا هي كيفية الحصول على الاستمرارية رغم الموت، أليس كذلك؟ لهذا تريد تأكيداً مني، أو إذا لم أؤكد لك ذلك، تراك تتوجَّه إلى شخص آخر أو معلِّمك الروحي، أو كتبك، أو سائر الأنماط الأخرى من اللهو والهرب. لذا وأنت تستمع إليَّ وأنا أكلِّمك سنتبيَّن معاً ما نعنيه فعليّاً بالاستمرارية، وما الشيء الذي يستمر، وما نريد له أن يستمر. من الواضح أن ما يستمر هو أمنية ورغبة، أليس كذلك؟ لستُ قويّاً لكنني أودُّ أن أكون قويّاً. لم أبْنِ بيتي لكنني أودُّ أن أبنيه. لم أحصل على ذلك اللقب لكنني أودُّ الحصول عليه. لم أكدِّس ما يكفي من المال لكنني سأفعل ذلك حاليّاً. أودُّ أن أجد الله في هذه الحياة... وهكذا دواليك. لذا إن الاستمرارية هي سيرورة النقص. حين يوضع حدٌّ لهذا، تراك تسمِّيه موتاً، أليس كذلك؟ تريد مواصلة الرغبة بوصفها وسيلةً للتحقيق، وبوصفها سيرورةً تتيح لك تحقيق ذاتك. قطعاً الأمر بسيط نوعاً ما، أليس كذلك؟

— ٤ —

الفكر يستمر

بات واضحاً الآن أن الفكر يستمر رغم موتك الجسدي. ولقد أُثبِتَ هذا. الفكر استمرارية لأنه في النتيجة ما ماهيَّتك؟ أنت مجرَّد فكرة، ألست كذلك؟ أنت فكرة اسم، فكرة منصب،

فكرة المال؛ أنت مجرَّد فكرة. أَزِلْ الفكرة، ماذا يتبقى منك؟ ومنه، أنت تجسيد للفكر بوصفه "الأنا". فتراك تقول إن الفكر يجب أن يستمرَّ لأن الفكر سوف يمكِّنني من تحقيق ذاتي، وذلك الفكر سيجد الحق في آخر المطاف. أليس الأمر كذلك؟ لذلك تراك تريد للفكر أن يستمر. تريد للفكر أن يستمرَّ لأنك تظن أن الفكر سوف يجد الحق الذي تسمِّيه السعادة أو الله أو ما تشاء.

الآن، عبر استمرارية الفكر، هل تجد الحق؟ بعبارة أخرى: هل في وسع سيرورة الفكر أن تكتشف الحق؟ هل تفهم ما أقصد؟ أبتغي السعادة، وتراني أفتش عنها بالوسائل شتى: الملكية، المنصب، الثروة، النساء، الرجال، أو مهما كان الأمر. ذاك كلُّه هو مطلب فكرة عن السعادة، أليس كذلك؟ وفي المحصّلة، هل يمكن للفكر أن يجد السعادة؟

-٥-
في التجدُّد لا يوجد موت

ومنه، سؤالنا هو: هل من الممكن أن يكون ثمة تجدُّد وتجديد ونضارة وجِدَّة عبر استمرار سيرورة الفكر؟ في المحصّلة، إنْ كان ثمة تجدُّد، فلسنا نخاف الموت. إنْ كان يحدث لديك تجدُّد من لحظة إلى أخرى، فلا يوجد موت. إنما يوجد الموت والخوف من الموت، إذا طلبت استمرار سيرورة الفكر.

-٦-
التجدُّد بإنهاء سيرورة الفكر

هناك أمل فقط حين أرى حقيقة أنه لا يوجد تجدُّد عبر الاستمرارية. وحين أرى ذلك، ماذا يحدث؟ إذّاك أكون مهتمّاً فقط بإنهاء سيرورة الفكر من لحظة إلى أخرى. وهذا ليس من قبيل الخبل!

-٧-
الحب أبدية ذاته

حين يوجد الحب لا يوجد موت. لا يوجد موت إلا عندما تظهر سيرورة الفكر. حين يوجد الحب ينعدم الموت لأن الخوف ينعدم، والحب ليس حالة مستمرة، وهي سيرورة الفكر مرة أخرى. الحب هو محض الوجود من لحظة إلى لحظة. لذا إن الحب هو أبدية ذاته.

-٨-
الموت والخلود

في الموت، نطلب الخلود. في حركة الولادة والموت، نتوق إلى الديمومة، إذ نعلق في دفق الزمن ونتحرَّق إلى اللازمني. وبما أننا في الظل، ترانا نؤمن بالنور. الموت لا يؤدي إلى الخلود؛ هناك خلود فقط في الحياة بلا موت. في الحياة، نَخْبَرُ الموت لأننا

نتشبَّث بالحياة. ترانا نجمع ونصير، ولأننا نجمع يأتي الموت، وإذ نَخْبَرُ الموت نتشبَّث بالحياة.

الأمل بالخلود والاعتقاد به ليس اختبار الخلود. يجب على الاعتقاد والأمل أن يتوقفا حتى يُفسَح في المجال للخلود أن يكون. أنت، المؤمن صانع الرغبة، يجب أن تتوقف حتى يتاح للخلود أن يكون. إذ إن اعتقادك وأملك بالذات يعزِّزان الذات...

-٩-
الحاضر هو الأبدي

نحن لا نفهم الحياة، أي الحاضر، ولذا نتطلَّع إلى المستقبل، إلى الموت...

الحاضر هو الأبدي. ليس بالإمكان اختبار اللّازمني عبر الزمن. الآن موجود أبداً حتى لو هربت إلى المستقبل، فالآن حاضر أبداً.

-١٠-
هل هناك فرح مستديم؟

هل إمكانية إيجاد الفرح المستديم موجودة؟ أجل، هي موجودة، إنما لاختبارها لا بدَّ من وجود الحرية. بلا حرية مُحال اكتشاف الحقيقة، وبلا حرية، تنعدم إمكانية اختبار الحق. لا بدَّ من طلب الحرية: التحرُّر من المخلِّصين والمعلِّمين والزعماء ومن جدران

الصالح والطالح المسوِّرة للذات، ومن المرجعيّات والتقليد، ومن الذات، علَّة النزاع والألم...

في غبطة الحق، يتوقف المُختبِر والمُختبَر. إن ذهناً-قلباً مثقلاً بذاكرة الأمس لا يستطيع أن يحيا في الحاضر الأبدي. يجب على الذهن-القلب أن يموت كلَّ يوم في سبيل الوجود الأبدي...

مُتْ عن تجربتك وذاكرتك. مُتْ عن حكمك المسبق، أكان لطيفاً أم غير لطيف. وإذ تموت، يوجد غير القابل للفساد. هذه ليست حالة عدمية بل حالُ وجودٍ خلّاق. إن هذا التجدُّد هو الذي يؤدي، إذا أُجيز له، إلى إذابة مشكلاتنا وأحزاننا مهما كانت مشتبكة ومؤلمة. في موت الذات فقط توجد الحياة.

-١١-

الخوف من الموت هو الخوف من التخلّي عمّا نعلم

إذن، الذات حزمة من الذاكرات لا أكثر. لا يوجد كيان روحي بصفته "الأنا" أو في معزل عن "الأنا"، لأنك عندما تقول بوجود كيان روحي في معزل عن "الأنا"، هو لا يزال نتاج الفكر؛ لذا إنه لا يزال ضمن مجال الفكر، والفكر هو الذاكرة. لذا فإن "أنت"، "أنا"، الذات، أكانت عليا أم دنيا، وأيّاً تكن النقطة التي تتثبَّت عليها، هي بنت الذاكرة...

ماذا نعني بالموت؟ قطعاً أيُّ شيء يُستعمَل باستمرار لا بدَّ أن

ينتهي. أيُّ آلة تُستعمَل باستمرار لا بدَّ أن تبلى. بالمثل، إن الجسم كونه قيد الاستعمال المستمر لا بدَّ أن ينتهي بالمرض أو الحوادث أو الشيخوخة. ذاك أمر لا مفرَّ منه. قد يدوم مئة سنة أو عشر سنين، لكنه بحُكم الاستعمال لا بدَّ أن يبلى. نحن نعترف بذلك ونتقبَّله لأننا نراه يحدث على الدوام.

-١٢-
المعلوم

ومنه، ليست لديك علاقة مباشرة مع المجهول، ولذلك أنت خائف من الموت.

ماذا تعلم عن الحياة؟ القليل جدّاً. أنت لا تعرف علاقتك بالممتلكات وبجارك وبزوجتك وبالأفكار. أنت على علم بالأمور السطحية فقط، وتراك تريد متابعة الأمور السطحية. بئس هذه الحياة، بحق الله! أليست الاستمرارية شيئاً غبيّاً؟

-١٣-
الموت والحياة واحد

إنه لَشخص غبي مَن يبتغي الاستمرار؛ ما من إنسان فهم مشاعر الحياة الغنية تهمُّه الاستمرارية. حين تفهم الحياة ستجد المجهول، إذ إن الحياة هي المجهول، والموت والحياة واحد. لا يوجد

انقسام بين الحياة والموت؛ الحمقى والجهَّال هم الذين يصنعون الانقسام، أولئك المهتمون بأجسامهم واستمراريتهم التافهة. أمثال هؤلاء الناس يستعملون نظرية التقمُّص وسيلةً للتستُّر على خوفهم أو ضمانةً لاستمراريتهم الصغيرة الغبية. من الواضح أن الفكر يستمر لكن المرء الذي يطلب الحقيقة قطعاً لا يهتم بالفكر، لأن الفكر لا يؤدي إلى الحقيقة. إن نظرية "الأنا" المستمرة عن طريق التقمُّص صوب الحقيقة هي فكرة زائفة وغير صحيحة. "الأنا" حزمة من الذكريات، وهي الزمن، ومجرَّد استمرار الزمن لا يقودك إلى الأبدي الذي يتجاوز الزمن. الخوف من الموت لا يتوقف إلا عندما يدخل المجهول قلبك. الحياة هي المجهول، كما أن الموت هو المجهول، كما أن الحقيقة هي المجهول.

- ١٤ -
هل في وسعنا أن نتخلّى عن الذات؟
لا تفوِّت على نفسك روعة العَرْض بأسره

الحياة، يا سيدي، هي المجهول. لكننا نتشبَّث بتعبير واحد ضئيل من تعبيرات تلك الحياة، وما نتشبَّث به هو مجرَّد الذاكرة، وهو فكر غير مكتمل. لذا إن ما نتشبَّث به غير حقيقي وليس له صلاحية. يتشبَّث الذهن بذلك الشيء الفارغ المسمَّى الذاكرة، والذاكرة هي الذهن والذات على أيِّ مستوى تريد تثبيته. ومنه، إن الذهن الموجود في مجال المعلوم لا يمكن له أبداً دعوة المجهول.

حين يحضر المجهول فقط، وهو حال من غياب اليقين التام، يأتي الكفُّ عن الخوف، ومعه إدراك الحق.

-١٥-
ما هو الله؟

كيف ستتبيَّن حقيقة الأمر؟ هل ستتقبَّل معلومات أحد سواك أو ستكتشف بنفسك ما هو الله؟

٨

التأمُّل هو الانتباه

-١-

التأمل يعني إيلاء الانتباه

تجنب البحث عن أيِّ نوع من الأمان النفسي، وأيِّ حال من الإرضاء، يتطلَّب الاستقصاء وتيقظاً دائماً لرؤية كيف يشتغل الذهن، وذاك قطعاً تأمُّل، أليس كذلك؟ التأمل ليس التمرُّن على صيغة أو تكرار كلمات معينة؛ فذلك كلُّه سخيف ويفتقر إلى النضج. من دون معرفة سيرورة الذهن بأكملها، الواعي منها وغير الواعي، إن أيَّ نمط من التأمُّل هو في الحقيقة عائق ومهرب ونشاط صبياني؛ إنه نمط من التنويم الذاتي. إنما وعيك سيرورةَ التفكير، وتوغُّلك فيها بعناية خطوةً خطوة وبوعي تام واكتشافك بنفسك سُبُل الذات، ذاك هو التأمُّل. بمعرفة الذات فقط، يمكن للذهن أن يكون حرّاً في اكتشاف ما هي الحقيقة، وما هو الله، وما الموت، وما هو هذا الشيء الذي نسمِّيه فعل الحياة.

-٢-
التأمُّل ليس أمراً في منأى عن الحياة اليومية

لماذا المرء كسول؟ من المحتمل أنك لا تأكل على نحوٍ سليم، وقد غاليت في العمل، وبالغت في المشي والكلام، وفعلتَ الكثير من الأمور؛ بطبيعة الحال إن الجسم عندما ينهض صباحاً يحسُّ بالكسل. ربما لأنك لم تقضِ يوماً ذكيّاً، فيكون الجسم متعباً في اليوم التالي. ولا يجدي فرضُ انضباط على الجسم. بينما لو كنت منتبهاً لحظة كلامك، حين تكون في مكتبك، إنْ انتبهتَ تماماً خمس دقائق، فذاك كافٍ. حين تأكل كن منتبهاً ولا تتعجل في الأكل، ولا تَحْشُ نفسك بكلِّ أصناف الطعام. إذّاك سترى أن جسمك يصبح ذكيّاً من تلقاء ذاته. ليس عليك أن تجبره أن يكون ذكيّاً؛ إنه يصبح ذكيّاً، وذاك الذكاء سيأمره أن ينهض أو لا. بذلك، تبدأ اكتشاف أن في وسع للمرء أن يعيش حياة الذهاب إلى المكتب إلى آخر ما هنالك دون هذه المعركة المستمرة، لأنه لم يهدر الطاقة، لكنه يستعملها كليّاً طوال الوقت، وذاك هو التأمُّل.

-٣-
الانتباه إلى حركة العلاقة بأكملها هو بداية التأمُّل

أوَتفهم؟ ليس التأمُّل ما يفعلونه في جميع أنحاء العالم: تكرار كلمات، الجلوس وفق وضعية بعينها، التنفس بطريقة معيَّنة، ترداد آية أو منترا[1]

١ منترا *mantra*: كلمة سنسكريتية تشير إلى عبارة أو صوت يكرَّر وفق إيقاع معيَّن

مراراً وتكراراً. بطبيعة الحال هذا يجعل الذهن غبيّاً وبليداً، واعتباراً من هذا الغباء والبلادة يصير الذهن صامتاً، وتظن أنك حصلت على الصمت. هذا النوع من التأمُّل هو مجرَّد تنويم ذاتي. إنه ليس تأمُّلاً البتة. إنه الطريقة الأكثر تدميراً لفعل التأمُّل. لكن ثمة تأمُّلاً يتطلَّب أن تنتبه: تنتبه إلى ما تقوله لزوجتك، إلى ما تقولينه لزوجك ولأطفالك، إلى الكيفية التي تكلِّم بها خدمك إذا كان عندك خدم، إلى الكيفية التي تكلِّم بها رئيسك في العمل. كن منتبهاً في تلك اللحظة ولا تركِّزْ. إذ إن التركيز أمر قبيح للغاية. في وسع كلِّ تلميذ مدرسة أن يركِّز لأنه مجبر على ذلك. وتراك تظن أنك بإجبار نفسك على التركيز سوف تحصل على شيء من السلام. لن تحصل. لن تحصل على ما تسمِّيه "راحة البال"؛ ستحصل على قطعة بال، وهي ليست راحة البال[1]. التركيز إقصاء. عندما تبتغي التركيز على شيء ما إنك تقصي وتقاوم وتستبعد الأشياء التي لا تريدها. بينما إن كنت منتبهاً، ففي وسعك أن تنظر إلى كلِّ فكرة وكلِّ حركة؛ إذّاك لا يوجد شيء من قبيل التلهِّي، ثم تستطيع أن تتأمَّل.

– ٤ –

التأمُّل هو الوضوح

إذّاك، يكون تأمُّل كهذا أمراً رائعاً لأنه يجلب الوضوح. التأمُّل

للمساعدة على التركيز أثناء التأمُّل. (المترجم)

١ تلاعُب لفظي (جناس) بعبارتَي peace of mind و piece of mind. (المترجم)

هو الوضوح. التأمُّل عند ذاك هو الصمت، وذاك الصمت بالذات هو سيرورة انضباط الحياة، وليس فرض انضباط على نفسك من أجل بلوغ الصمت. لكن حين تكون منتبهاً إلى كلِّ كلمة وإيماءة وكلِّ الأشياء التي تقولها أو تشعر بها، ودوافعك، من غير أن تصحِّحها، إذّاك ينبثق الصمت من ذلك، واعتباراً من ذلك الصمت يستتبُّ الانضباط. ثم في ذلك ليس هناك جهد؛ هناك حركة ليست من الزمن على الإطلاق. ومثل هذا الإنسان هو شخص فَرِح؛ إنه لا يختلق عداوة، ولا يسبِّب التعاسة.

-٥-

التأمُّل، وليس الفكر الجمعي، يفهم الحياة: كُنْ نوراً لنفسك

الحقيقة شيء لا يمكن إعطاؤه لك. عليك أن تجدها بنفسك. ولكي تجدها بنفسك، يجب أن تكون قانوناً لنفسك، وأن تكون مرشد نفسك، لا رجل السياسة الذي سيخلِّص العالم، ولا الشيوعي، ولا الزعيم، ولا الكاهن، ولا السنياسي، ولا الكتب. عليك أن تحيا وأن تكون قانوناً لذاتك. وفي النتيجة بلا مرجعيَّة. وهذا يعني وقوفك وحدك تماماً، ليس خارجيّاً، بل أن تكون داخليّاً وحدك تماماً، ما يعني انعدام الخوف. وحين يفهم الذهن طبيعة الخوف والموت، وذلك الشيء الخارق المسمَّى حبّاً، يكون قد فهم ولم يَصُغْه لفظيّاً ولم يفكِّر فيه، بل عاشه

بالفعل. ثم اعتباراً من ذلك الفهم ينبثق ذهنٌ فاعل لكنه ساكن تماماً. إن سيرورة فهم الحياة بأكملها، وتحرير المرء نفسه من جميع المعارك ليس في مستقبل افتراضي ما، بل فوراً، مع إيلاء انتباهك إليها كاملاً... ذلك كلّه هو التأمُّل. أمَّا الجلوس في زاوية ما والإمساك بأنفك وترداد بعض الكلمات السخيفة منوِّماً ذاتك، فهو ليس تأمُّلاً على الإطلاق، بل تنويم ذاتي. ولكن فهم الحياة والتحرُّر من الأسى - فعليّاً، وليس لفظيّاً، ولا نظريّاً، بل فعليّاً - والتحرُّر من الخوف من الموت يولِّد ذهناً ساكناً تماماً. وذلك كلُّه هو التأمُّل.

-٦-

التأمُّل هو معرفة الذات

التأمُّل هو معرفة الذات، ومن دون معرفة الذات لا يوجد تأمُّل. إذا لم تكن على وعي بجميع استجاباتك طوال الوقت، وإذا لم تكن واعياً ومدرِكاً تماماً لأنشطتك اليومية، فإن مجرَّد حَبْس نفسك في حجرة والجلوس أمام صورة للگورو، أو لمعلِّمك، لكي تتأمَّل، هو هرب، لأنه من دون معرفة الذات لا يوجد تفكير سليم، ودون تفكير سليم، ما تفعله لا معنى له مهما كانت نياتك نبيلة. بذلك ليس من مغزى للصَّلاة دون معرفة الذات، لكن حين توجد معرفة الذات يوجد التفكير السليم، ومن ثم العمل السليم.

-٧-

التأمُّل إفراغ الذهن من الماضي

إذن، التأمُّل هو إفراغ الذهن من الماضي، ليس بوصفه فكرة أو أيديولوجيا تمارسها يوماً بعد يوم، بل إفراغ الذهن من الماضي. لأن المرء أو الكيان الذي يُفرِغ الذهنَ من الماضي هو نتاج الماضي. إنما لفهم بنية الذهن بأكملها، التي هي نتاج الماضي. وإفراغ الذهن من الماضي يتطلَّب وعياً عميقاً. أن تكون واعياً لإشراطك، ولطريقتك في الكلام، ولإيماءاتك، والقسوة، والفظاظة، والعنف، واعياً لذلك كلِّه دون إدانته... إذَّاك ومن ذلك الوعي تأتي حال ذهنية هادئة تماماً. لفهم هذا الهدوء وصمت الذهن، يجب عليك أن تفهم الأسى، لأن أكثرنا يعيشون في الأسى. سواء أكنَّا على وعي بالأسى أم لا، إننا لم نضع حدّاً له قط؛ إنه منَّا بمنزلة الظل. إنه معنا ليلاً نهاراً.

-٨-

في الذهن الساكن غبطة

في الأسى هناك قدر كبير من الإشفاق على الذات، ومن اهتمام المرء لوحشته ولفراغه؛ وعندما يعي المرء ذلك الفراغ وتلك الوحشة هناك إشفاق على الذات، وذلك الإشفاق على الذات نسمِّيه الأسى. ما دام يوجد أسى ضمن الذهن، سواء أكان واعياً أم لا، ينعدم هدوء الذهن وسكونه. يأتي سكون الذهن حيث يوجد الجمال والحب؛

لا يمكن لك فصل الجمال عن الحب. الجمال ليس زينة، ولا هو بالذوق الجيد. إنه لا يكمن في الخط الذي ترسمه التلال، ولا في فنِّ المعمار. يوجد جمال حين تعرف ماهية الحب، ولا يمكن لك أبداً أن تعرف ماهية الحب حين لا توجد فطنة وتقشُّف ونظام. وما من أحد في وسعه أن يمنحك هذا، لا قديس ولا إله ولا مهاتما[1]... لا أحد! ما من مرجعيَّة في العالم في وسعها أن تمنحك إيَّاه. يتعيَّن عليك بصفتك إنساناً أن تفهم هذه البنية بأكملها: بنية حياتك وطبيعتها كلَّ يوم وما تفعله وما تفكِّر فيه وما هي دوافعك وكيف تتصرَّف، وكيف تَعْلَق في استنتاجاتك وإشراطك. لا بدَّ للأمر أن يبدأ من هناك، في الحياة اليومية، وإن كنت لا تستطيع تغيير ذلك كليّاً وتماماً، فتُحدث طفرةً كلِّيةً في ذاتك، فلن تعرف أبداً هذا الذهن الساكن. وحده الذهن الساكن هو الذي في وسعه أن يتبيَّن الأمر، وحده يعرف ماهية الحقيقة، لأن ذلك الذهن الساكن ليس لديه خيال؛ إنه لا يُسقِطُ رغباته؛ إنه ذهن ساكن؛ وعند ذاك فقط توجد غبطةُ شيءٍ لا يمكن التعبير عنه بكلمات.

– ٩ –
حين تأكل، كُلْ

سائل: أشعر أن حياتي اليومية غير مهمَّة، وأنني يجب أن أفعل شيئاً آخر.

---

١ مهاتما *mahatma*: كلمة سنسكريتية وهي لقب يُطلَق على كبار حكماء الهند ويعني حرفيّاً "الروح العظمى". (المترجم)

كريشنامورتي: حين تأكل، كُلْ. عندما تخرج للمشي، امْشِ. لا تقل: "يجب أن أفعل شيئاً آخر". حين تقرأ، أوْلِ ذلك انتباهك تماماً، سواء أكنت تقرأ رواية بوليسية أم مجلّة أم **الكتاب المقدس** أو ما تريد. الانتباه التام عمل تام، ومن ثمّ لا يوجد "يجب أن أفعل شيئاً آخر...".

ليس المهم ما نفعله، بل هل نستطيع إيلاء انتباهنا تامّاً له.

-١٠-
في السكون تنحلُّ المشكلات: الكوب مفيد حين يكون فارغاً فقط

سائل: أنت تنادي بتصفية البيئة داخلنا. لماذا تنادي بذلك؟ ما النفع منه؟

كريشنامورتي: أنا لا أنادي بأيِّ شيء. لكن الكوب، كما تعلم، مفيد حين يكون فارغاً فقط. الذهن عند أكثرنا غائم مزدحم بأشياء كثيرة: تجارب سارَّة وغير سارَّة، ومعرفة، وأنماط أو صيغ سلوكية، وما إلى ذلك. إنه ليس فارغاً أبداً. والإبداع يمكن أن يحدث فقط في الذهن الفارغ كليّاً...

لا أدري هل لحظتَ يوماً ما يحدث في بعض الأحيان عندما تواجه مشكلة أكانت رياضيةً أم نفسية. تراك تمعن التفكير فيها وتقلق بشأنها قلق كلب يمضغ عظماً، لكنك لا تستطيع العثور على إجابة. عند ذاك تنحِّيها جانباً وتبتعد عنها وتخرج في نزهة... وفجأة من

قلب ذاك الفراغ يأتي الجواب. الآن، كيف يحدث هذا؟ لقد كان ذهنك نشطاً للغاية ضمن حدوده التي تخصُّ تلك المشكلة، لكنك لم تجد الإجابة، ولذلك نحَّيت المشكلة جانباً. عند ذاك يصبح ذهنك هادئاً وساكناً نوعاً ما وفارغاً. في ذاك السكون وذاك الفراغ، تنحلُّ المشكلة. بالمثل، عندما يموت المرء كلَّ دقيقة عن البيئة الداخلية والالتزامات الداخلية والذكريات الداخلية والخوالج والعذابات الداخلية، ثمة عندئذٍ فراغ فيه وحده يمكن لشيء جديد أن يحدث.

-١١-
الذهن الساكن

وحده ذهن ساكن للغاية، وليس الذهن المنضبط، ذهن قد فهم ومن ثمّ حر، وحده ذاك الذهن الساكن في وسعه أن يعرف ماهية الخلق. أما كلمة "الله"، فقد أُفسِدَت...

لكن لاكتشاف ذاك الشيء الذي يتخطَّى الزمن، يجب أن يكون لديك ذهن ساكن للغاية. ذاك الذهن الساكن ليس ذهناً ميتاً، بل ذهن فعال إلى أقصى حد؛ أيُّ شيء يتحرَّك فاعلاً بالسرعة القصوى يكون دوماً هادئاً. وحده الذهن البليد الذي يقلق بشأن ذلك يعتريه الجزع والخوف. مثل هذا الذهن لا يمكن له أن يسكن أبداً. ووحده الذهن الساكن ذهن ديِّن. ووحده الذهن الديِّن يمكن له أن يعرف حال الخلق هذه أو يكون فيها. ووحده ذهن كهذا يستطيع أن

يُحلَّ السلام في العالم. وذاك السلام هو مسؤوليتك ومسؤولية كلِّ واحد منَّا، وليس السياسي ولا الجندي ولا المحامي ولا رجل الأعمال ولا الشيوعي أو الاشتراكي... لا أحد. إنها مسؤوليتك كيف تحيا وكيف تعيش حياتك اليومية. إذا كنتم تبتغون السلام في العالم، فعليكم أن تعيشوا في سلام، وألا تكرهوا بعضكم بعضاً، وألا تكونوا حسودين ولا تسعوا في طلب النفوذ، ولا تحرصوا على التنافس، لأنه بذلك التحرُّر من هذه يولد فيك الحب. وحده ذهن قادر على المحبة سوف يعرف ماهية الحياة بسلام.

’أثّر كريشنامورتي فيَّ تأثيراً عميقاً‘
DEEPAK CHOPRA

منْ أنت؟ ماذا تريد من الحياة؟ هل أنت صادق مع نفسك؟

«حين يكون المرء شاباً يجب أن يكون ثورياً، لا متمرِّداً فحسب»،

بهذه العبارة، يتوجّه كريشنامورتي، أحد كبار المعلِّمين الفلاسفة في العالم، إلى الشباب، في كتابه الذي يقدّم نهجاً متكاملاً لتناوُله الفريد لقضايا الحياة اليومية والتربية والحرية.

ينطوي هذا الكتاب، السهل التناول، على مفاتيح ثمينة تمكّن القرّاء من استكشاف حرٍّ لأكثر القضايا إلحاحاً في حياتهم.

جدّو كريشنامورتي (1895-1986) مفكّر وفيلسوف هندي. تمثّل كتاباته وفلسفته الروحية مصدر إلهام للملايين حول العالم.